# الشفاء

## من الصدمات

تأليف:
مارجريت هيل - هاريت هيل - ريتشارد باجي - بات ميارسما



# الشفاء
## من الصدمات


تأليف:

مارجريت هيل - هاريت هيل - ريتشارد باجي - بات ميارسما

ترجمة:

نكلس نسيم

Healing the Wounds of Truma



Author: Margaret Hill, Harriet Hill, Richard Bagge, Pat Miersma

اسم الكتاب: الشفاء من الصدمات

الناشر للترجمة العربية © الكنيسة الإنجيلية بقصر الدوبارة

٧ ش الشيخ ريحان – خلف مجمع التحرير



الطبعة الأولى ٢٠١٠.

مطبعة: صحارا للطباعة

رقم الإيداع: ١٦٨٠٥ / ٢٠١٠

الترقيم الدولي: ٧-٩٢-٥٣٠٢-٩٧٧

ISBN. 977-5302-92-7

# الفهرس

# مقدمة

في كثير من أجزاء العالم في أيامنا هذه نجد أن الحروب، والصراعات العرقيّة والاضطرابات المدنية قد تركت الناس يعانون من جروح كثيرة. وفي كثير من الأحيان نجد أن غالبية هؤلاء الضحايا من المسيحيين، ونجد أنه على الكنيسة مسؤولية واضحة للعناية بهم. والمسيحيون، إلى جانب الكنيسة، عليهم أن يكونوا نوراً وملحاً للعالم. وهذا أمر تكون له أهمية خاصة في أوقات الصراعات والآلام.

وستجد أن الشواهد الكتابية موجودة في أماكن كثيرة من هذا الكتاب، ذلك لأن معرفة الله، وشخصه وعلاقته بالبشر تشكل أساس الشفاء. كما تُوجد أماكن كثيرة في الكتاب المقدس تتحدث عن معاناة شعبه. وعلى سبيل المثال نجد أن المعاناة تُعد من بين الموضوعات الرئيسية في رسائل معينة. وقد استطاع كتبة المزامير أن يعبروا عما كانوا يشعرون به في أوقات الألم. ثم إن سفر أيوب بكامله يتناول موضوع معاناة أناس أبرياء.

ويرمي هذا الكتاب إلى مساعدة قادة الكنيسة الذين دُعوا لمساعدة شعوب كنائسهم بعد تعرضهم لمعاناة شديدة. كما أن من شأن هذا الكتاب أنه يساعد الأشخاص الذين يكافحون في إطار الموضوعات المتعلقة بالمعاناة. والمعلومات التي يتضمنها كل درس تقدم مبادئ أساسية للمشورة في إطار كتابي.

وكلمة الله تكلم الناس بعمق وبلغة قلوبهم. والهدف الذي ينشده مؤلفو هذا الكتاب هو أن تتم ترجمته إلى لغة الناس الذين يستخدمونه، وأن تُستخدم الآيات الكتابية باللغة المحلية.

# كيف تستعمل هذا الكتاب

قُصد بهذا الكتاب أن يكون مادة يتم تدريسها في حلقات دراسية. ويجب على قادة جميع الكنائس في المنطقة أن ينتظموا في هذه الدراسات، إذا كان ذلك في الإمكان. ويجب أن يتعلم أولاً قادة الكنيسة الذين يشغلون المراتب العليا والذين يمكنهم بعد ذلك تعليم آخرين، أن يقوموا هم بدورهم بتعليم غيرهم (٢تي ٢: ٢). وبهذه الطريقة يمكن أن يصل التعليم إلى منطقة بأسرها.

والدروس (١، ٢، ٣، ٤) هي من الدروس الأساسية، ويجب أن تُدرس في كافة الحلقات الدراسـية. ويناقش الدرس (الأول) أسئلة عن الله، والتي تُطـرح في أوقـات الآلام الشديدة – ويعرفنا الدرس رقم (٢) أن جراح القلب يجب أن تلقى منا نفس العناية التي نوليها لجراحنا المادية. ويصف لنا الدرس رقم (٣) عملية الحزن التي تتيح لنا أن نشفى من الجروح ومن الخسارة التي لحقت بنا. أما الدروس من (٤–٧)، فتتناول موضوعات خاصة قد تشكل أهمية بالنسبة لمجتمعك فهي تساعد الأطفال الذين تعرضوا للمعاناة، وتساعد النساء اللواتي تعرضن للاغتصاب، وتخدم في وسط المصابين بمرض الإيدز، كما تهتم كذلك بمن يقدمون العناية. وعليك أن تختار الدروس الأكثر أهمية لمجتمعك وطبقاً للوقت المتاح لك.

أما الدرس رقم (٨) "اطرح ألمك عند الصليب"، فيقدم وقتاً خاصاً لكي يختبروا شفاء الله لألمهم بطريقة ذات مغزى عميق. وكثيراً ما يتم ذلك في جلسات مسائية، قرب نهاية الحلقات المسائية.

والدرس رقم (٩) يُعد درساً أساسياً. ويجب أن يلي الدرس الذي عنوانه "اطرح ألمك عند الصليب". وهو يتناول المغفرة والتوبة. وإذا كانت التوترات العرقية

تمزق مجتمعك، عليك أن تواصل بالدرس رقم (١٠)، والذي يتناول موضوع: "الحياة كمسيحيين وسط التوتر العرقي". وجميع الحلقات الدراسية يجب أن تختتم بالاحتفال الختامي والذي يتيح المشاركة مع فرصة للاعتراف بالخطايا وتقبل غفران الله.

| الدروس | الرد |
|---|---|
| دروس أساسية ١، ٢، ٣ | |
| دروس اختيارية ٤، ٥، ٦، ٧ | |
| درس رقم ٨ | اطرح استجابتك عند الصليب |
| درس أساسي: الدرس رقم ٩ | |
| درس اختياري: الدرس رقم ١٠ | |
| الاحتفال الختامي | |

وثمة جزء هام آخر للحلقات الدراسية، وهو أن يشارك الحاضرون بالألم الذي اختبره كل منهم. وعليهم القيام بذلك دون تبرير أنفسهم أو اتهام الآخرين. وبعد ذلك يمكن للمجموعة أن تصلي من أجل أولئك الذين أسهموا بمشاركتهم. وهذا يجلب الشفاء ويربط المجموعة معاً بطريقة خاصة. وهذا يتم في كثير من الأحيان في جلسات مسائية.

ويمكن للحلقات الدراسية أن تستمر من ثلاثة أيام إلى أسبوع كامل أو أكثر،

ولا يمكن في العادة تدريس الكتاب كله في حلقه دراسية واحدة. عليك أن تأخذ الموضوع بشكل جيد. ويمكن ترتيب عدة حلقات دراسية أخرى لتغطية بقية الكتاب، ولمناقشة الاختبارت التي حصل عليها المشاركون نتيجة تدريسهم هذه المواد لآخرين.

وقد لا يتيسر لك وقت لتغطية كل شيء في درس واحد. ولذلك عليك دراسة هذا الدرس مقدماً، واختبر التعليم والتمارين التي تبدو مناسبة بالأكثر لموقفك. ولك الحرية في أن تغيّر الأسماء أو التفاصيل في القصص لكي تجعلها مناسبة بشكل أكبر مع موقفك. وقد تحتاج إلى إعداد مسرحيات هزلية قصيرة، أو تجمع مواداً خاصة بدروس معينة. ثم إن الدرس (٤)، والاحتفال الختامي يتطلبان إعداداً خاصاً للمواد قبل أن تبدأ. وتجد التعليمات الخاصة بذلك في بداية هذه الدروس.

ويجب ترجمة الدروس إلى اللغة المحلية مقدماً. وإذا أمكن يجب إعطاء المشتركين نسخاً، ولا سيما إذا لم تكن لديك ترجمة للعهد القديم بلغتك، سوف يكون عليك أن تترجم الفقرات التي ذُكرت، وتلخصها، أو أن تأخذها عن ترجمة أخرى للغة كبرى. وحين تكتب فقرة بكاملها في الدروس، عليك أن تعمل نفس الشيء عند ترجمتك للكتاب.

وعلى المشاركين في الحلقة الدراسية أن يحضروا معهم الكتاب المقدس باللغة المحلية لدى حضورهم، خذ وقتك لتقرأ الشواهد الكتابية المذكورة في الدرس، على أن يكون ذلك بصوت عالٍ. إن كلمة الله هي التي تعطي الحياة، وهي التي تغذي أرواح الشعب. وإذا لم يكن المشاركون معتادين على معرفة مكان الفقرات، قد يتطلب الأمر أن يعطي القادة تعليمات عن كيفية عمل ذلك ليكون وقتاً أُحسن قضاؤه. وقد ترغب في إعطاء المشتركين الشواهد الكتابية الخاصة

بالدرس على قصاصات من الورق وذلك قبل بدء الدرس، وذلك حتى يتمكنوا من تعيين مواضعها مقدماً ويكونوا مستعدين لقراءتها بدون تأخير أثناء الدرس. إذا لم يكن لديهم نسخة من الكتاب المقدس الذي تستخدمه، اكتب الفقرات الخاصة بالدرس على السبورة، أو على قطعة كبيرة من الورق.

والناس يتعلمون على أفضل وجه عن طريق المساهمة، وعلى ذلك ليس من المفروض أن تُقدم هذه الدروس كعظات. وقد تضمن الكتاب الكثير من التفاسير. وهذه يجب أن تُعمل بواسطة جميع المشتركين لكي تتحقق الفائدة الكاملة لهذا الكتاب. والناس عادةً ما يتذكرون ٢٠٪ مما يسمعون و٥٠٪ مما يرون، ٨٠٪ مما يختبرون. وسوف يتعلمون أكثر كلما قلل القادة من استخدام المحاضرات.

ويبدأ كل درس بقصة تصور المشكلة التي يتناولها الدرس. ويجب قراءة هذه القصص بصوت عال. وبعد ذلك، يبدأ تدريس الدرس. وتنتشر طوال الدرس مناقشات ثنائية. والغرض من هذه الأسئلة هو دفع المشتركين على التفكير في الموضوع المطروح والمشاركة بأفكارهم. ويجب الاستماع إلى ردودهم وفهمها، دون التعليق عليها. وفيما تقوم بتدريس المواد، يمكنك عندئذ أن تدعم ما قالوه، وتصححه، أو أن تضيف إليه. ويُختتم كل درس بتمرين ختامي.

ويمكن أن تجرى المناقشة إما كمجموعة كبيرة، أو في مجموعات صغيرة تتكون من ثلاثة أشخاص أو أكثر، أو في مجموعات من شخصين. وعليك أن تُنوِّع المجموعات التي تستخدمها طوال الدرس. وتتيح المجموعات الصغيرة إسهاماً أكثر ويزيد من الأشخاص، وبصفة خاصة أولئك الذين كانوا هادئين في المجموعة الكبيرة. وكل مجموعة يمكنها أن تقدم ملخصاً لمناقشتها للمجموعة

الأكبر. وبالنظر إلى أن الأمر يستغرق وقتاً للدخول في مجموعات صغيرة، عليك أن تعرض هذه للتمارين الأطول. والمجموعات التي من شخصين أكثر من ناحية تنظيمها، لأن الشخص بوسعه أن يتكلم فحسب مع الشخص التالي له. وبصفة عامة فإنهم لا يقدمون تقريراً للمجموعة الرئيسية. استخدم هذه بالنسبة للأسئلة الأقصر. وتذكر أن الاشتراك هو مفتاح التعلم الجيد.

# الدرس الأول

## إذا كان الله يحبنا، فلماذا يدعنا نتألم؟

### ١. قصة القس (يونس):

في مدينة في الشرق الأوسط، كان هناك راع اسمه "يونس". وعندما كان يونس في الثالثة من عمره توفي والده، فذهب ليعيش مع عمه. وكان عمه قاسياً عليه، وفي كثير من الأحيان كان يضربه، بل ولا يتيح له أن يأكل ما فيه الكفاية.

وقد كبر "يونس" وبواسطة مساعدة عضو آخر من العائلة استطاع أن يذهب إلى المدرسة، وبعد ذلك إلى مدرسة لتدريس الكتاب المقدس. وأصبح مسيحياً حقيقياً، وعرف أن يسوع مات من أجله. وبعد أن أصبح "يونس" راعياً لكنيسة صغيرة في المدينة، نشبت الحرب في تلك المدينة. وعلى مدى السنوات التالية شهد يونس الكثير من الأمور الرهيبة. رأى الجنود يطلقون النار على أناس أبرياء، ويغتصبون النساء، ويحرقون القرى. وأخيراً استطاع يونس وأسرته الهرب من بلاده و الإقامة في قُطر مجاور.

مازال يونس يعمل قساً، ولكن قلبه لم يكن سعيداً. وكان يتساءل دائماً لماذا سمح الله أن يتعرض شعبه لهذه الآلام. لقد كان غاضباً من الله ويشعر بأن الله قد تخلى عنه. وكان في بعض الأحيان يقول لنفسه ربما لم يكن الله قوياً بما فيه الكفاية بحيث يستطيع أن يمنع هذه الأمور من الوقوع. وكان في بعض الأحيان يعتقد أنه ربما وقعت هذه الأمور الرهيبة بسبب

خطية الشعب في بلده، الأمر الذي دفعه إلى أن يعظ كثيراً عن دينونة الله. وعلى الرغم من ذلك، فإنه عندما كان يونس يعظ كثيراً فإنه لم يكن يشعر بأنه مرائي، لأنه يعظ عن إله بعيد جداً.

**أسئلة للمناقشة:**

١. ماذا كان يونس يعتقد في قلبه عن الله؟
٢. ما السبب الذي جعل يونس يأخذ هذه الفكرة عن الله؟
٣. هل أحسست ذات يوم بمثل هذا الإحساس الذي انتاب يونس؟

## ٢. هل إله الكتاب المقدس يختلف عن فكرتنا التقليدية عن الله؟

**أسئلة للمناقشة:**

ما الذي يعتقده الشعب في تقليدنا عن الله؟ هل هو خالق العالم؟ وهل انصرف بعد ذلك وتركه؟

## ❖ مناقشة خاصة بالمجموعة الصغيرة:

**ناقش الأسئلة التالية بالنسبة لكل من الآيات التالية:**

١. ما الذي تعلمه لنا هذه الآيات عن شخص الله وعلاقته بنا؟
٢. من أية ناحية يشابه هذا أو يختلف عن فكرنا التقليدي عن الله؟

يوحنا الأولى ٣: ١-٢ | مز ١٠٣: ١٣
متى ٩: ٣٦ | يوحنا الأ ولى ٤: ٩-١٠
رومية ٨: ١٥-١٦ | بطرس الأولى ٥: ٧

### ٣. ما الذي يعلمه لنا الكتاب المقدس عن شخص الله في أوقات الآلام؟

**أ . الله مازال يحبنا:**

اقرأ رومية ٨: ٣٥-٣٩

"من سيفصلنا عن محبة المسيح. أشدة أم ضيق أم إضطهاد أم جوع أم عُري أم خطر أم سيف. كما هو مكتوب إننا من أجلك نمات كل النهار. قد حُسبنا مثل غنم للذبح. ولكننا في هذه جميعها يعظم انتصارنا بالذي أحبنا. فإني مُتيقن أنه لا موت ولا حياة ولا ملائكة ولا رؤساء ولا قوات ولا أمور حاضرة ولا مستقبلة. ولا علو ولاعمق ولا خليقة أخرى تقدر أن تفصلنا عن محبة الله التي في المسيح يسوع ربنا".

أسئلة للمناقشة:

ما الذي يمكننا أن نتعلمه من هذه الفقرة عن شخص الله في أوقات الضيق والألم؟

حين تأتي أوقات الشدّة نعتقد في بعض الأحيان أن الله لم يعد يحبنا بعد. ولكن هذا ليس صحيحاً. فلا يمكن لشيء أن يفصلنا عن محبته. والله يعدنا أن يكون دائماً معنا، ولا سيما في أوقات آلامنا. (مزمور ٢٣: ٤؛ عبرانيين ١٣: ٥ب؛ إشعياء ٤٣: ١-٢).

**ب. الله كلي القدرة:**

اقرأ بطرس الثانية ٣: ٩-١٠

"لا يتباطأ الرب عن وعده كما يحسب قوم التباطؤ لكنه يتأنى علينا

وهو لا يشاء أن يهلك أناس بل أن يقبل الجميع إلى التوبة. ولكن سيأتي كلص في الليل يوم الرب الذي فيه تزول السموات بضجيج وتنحل العناصر محترقة وتحترق الأرض والمصنوعات التي فيها".

**أسئلة للمناقشة:**

ما الذي يمكننا أن نتعلمه من هذه الفقرة عن شخص الله في أوقات الألم؟ حين نصلي من أجل أن يوقف الله شيئاً شريراً معيناً، ولكن هذا الشر يستمر، لا يجب أن نعتقد أن هذا سببه أن الله ضعيف. فهو مسيطر على كل شيء، كما أنه يسمع صلواتنا. وهو يتباطأ في تدخله لأنه يريد أن يعطي كل إنسان فرصته للتعزية، وليس لأنه ضعيف. وفي الوقت المناسب الذي يراه هو، فإنه سيدين الخطية بشدة (مزمور ٧٣).

**ج. الله يتألم معنا ويشعر بآلامنا:**

اقرأ مزمور ٣٤: ١٨

"قريب هو الرب من المنكسري القلوب ويخلص المنسحقي الروح".

**أسئلة للمناقشة:**

ما الذي يمكن أن نتعلمه عن شخص الله في أوقات الألم من هذه الآية؟ يتضامن يسوع مع آلامنا لأنه تألم على الصليب. وآلامه تجاوزت كل شيء سنختبره على الإطلاق (إشعياء ٤٣: ٢؛ متى ٢٧: ٤٦؛ عبرانيين ١٢: ٢؛ ١بطرس ٤: ١٢، ١٣). وهو يتألم مع المتألمين (متى ٢٥: ٣٥-٣٦). وهو رحوم كريم لطيف حتى عندما تراودنا الشكوك.

**د. الله يكره الشر والظلم:**

اقرأ تكوين ٦: ٥-٦

"ورأى الرب أن شر الإنسان قد كثر في الأرض. وأن كل تصور أفكار قلبه إنما هو شرير كل يوم. فحزن الرب أنه عمل الإنسان في الأرض. وتأسف في قلبه".

**أسئلة للمناقشة:**

ما الذي نستطيع أن نتعلمه عن شخص الرب في أوقات الألم من هذه الفقرة؟

ليس كل مايحدث هو مشيئة الله الكاملة. الله يكره الشر والظلم (انظر أمثال ٦: ١٦-١٩).

## ٤. ما السبب في وجود الألم في العالم؟

**أسئلة للمناقشة:**

ما السبب الذي يعتقده الناس من ناحية وجود الألم في العالم؟

**أ. دخلت الخطية العالم عندما عصى آدم وحواء الله. جميع الناس هم من نسل آدم وحواء.**

- وعندما تمردا على الله، دخل الشر والموت العالم (تكوين ٣: ١-٢٣). ولقد تأثر كافة البشر، من مسيحيين وغير مسيحيين نتيجة تمرد آدم وحواء (انظر رومية ٥: ١٢).

**ب. تمرد الشيطان على الله وحاول أن يدفعنا إلى التمرد:**

لقد تمرد الشيطان على الله، وهو يريد أن يدفع أكبر عدد من الناس والأرواح إلى مشاركته في التمرد على الله (لوقا ٢٢: ٣١؛ بطرس الأولى ٥: ٨-٩). وهو كاذب وقتال (يوحنا ٨: ٤٤). والذين يطيعون الشيطان يكذبون، ويقتلون، ويدمرون.

**ج. أعطانا الله الحرية من ناحية إطاعته أو عصيانه:**

لقد خلق الله جميع الناس أحراراً في أن يختاروا الخير أو الشر (متى ٧: ١٣). والله يحزن عندما نختار عمل الشر، ولكنه لا يمنعنا من ذلك (انظر متى ٢٣: ٣٧ب).
وأحيـــاناً، وحتى عندما نطيع الله، يصيبنا الألم بسبب خيارات الآخرين الشريرة (انظر بطرس الأولى ٣: ١٧-١٨).

## ٥. كيف يستخدم الله الألم؟

**أ. يستخدم الله الألم ليظهر إيماننا:**

عندما يُحمَّى الذهب على نار حامية جداً تطفو قطع القذارة التي فيه إلى أعلى. ويمكن أن نقشط هذه القذارة ونترك الذهب النقي. والآلام مثل النار. إنها تؤلم ولكن قيمتها في تطهير إيماننا بالله (انظر بطرس الأولى ١: ٦-٧؛ يعقوب ١: ٢-٤). وهذا يجعلك تتلهف على ملكوت الله (انظر رومية ٨: ١٨؛ ٢كورنثوس ١٦: ١٨). محبة الله أقوى من كل ألم. وفي المواقف العصيبة حين يُؤخذ منا

كل شيء آخر، بوسعنا أن نختبر حقيقة أن نعمة الله هي كل ما نحتاجه فعلاً (انظر كورنثوس الأولى ١٢: ٩-١٠).

**ب. الله يحول الشر إلى خير:**

يوسف باعه إخوته عبداً، لكن الله استخدم هذا الاختبار يخلص الإسرائيليين من المجاعة (تكوين ٥٠: ١٨-٢٠) لقد حوّل الله أعظم شر على الإطلاق إلى أعظم خير من أجلنا جميعاً عندما صُلب يسوع على الصليب (أعمال ٣: ١٣-١٥؛ فيلبي ٢: ٨-١١). والله يعمل بطرق لا نفهمها نحن دائمـــاً، ولكن بمقدورنا دائماً أن نثق في شخصـــه (رومية ٨: ٢٨؛ ١١: ٣٣-٣٦). وفي النهاية، سيُقهر الشيطان تماماً (رؤيا ٢٠: ١٠).

**ج. الله يعزينا في آلامنا حتى نستطيع نحن أن نُعزي الآخرين:**

الله يعزينا عندما نتألم. ويحوطنا بذراعيه (إشعياء ٤٠: ١١). ويمكننا أن نقدم نفس هذه التعزية للآخرين عندما يتألمون (٢كورنثوس ١: ٣-٤).

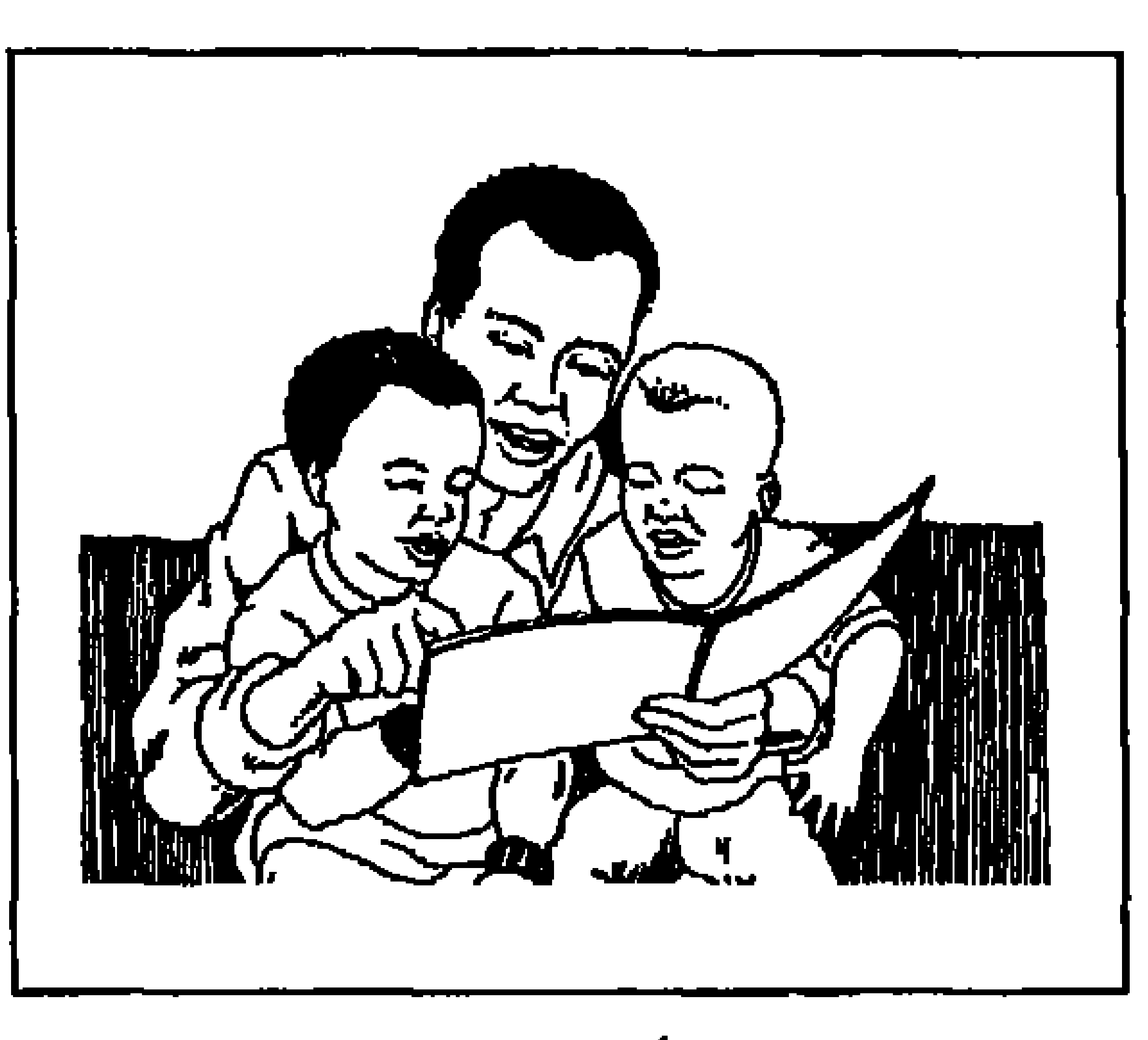
### ❖ مناقشة خاصة بالمجموعة الصغيرة:

شارك بالكيفية التي استخدم الله بها الآلام في حياتك، وربما كان ذلك بإحدى الطرق السابق ذكرها آنفاً.

## ٦. لماذا يكون من الصعب الإيمان بصلاح الله عندما نتألم؟

### أ. خبرات من الطفولة:

يحتاج الأطفال إلى الشعور بالأمن والحماية من الشر. وإذا كنا قد اختبرنا أموراً مؤلمة كأطفال، قد نجد صعوبة في أن نثق في الآخرين وفي الله عندما نكبر. وعلى سبيل المثال، إذا نشأنا بدون أب أو أم، أو إذا كان والدنا يغضب منا في كثير من الأحيان، سيكون من الصعب علينا في هذه الحالة أن نعتقد أن أبانا السماوي يحبنا.



الأب المحب

**مناقشة ثنائية:**

فكّر في والدك. هل اختبرت محبة والدك وأنت طفل؟ كيف أثر اختبارك مع أبيك الجسدي في اختبارك لأبيك السماوي؟

### ب. عظات تتناول غضب الله ودينونته:

في بعض الأحيان تعلم الكنائس كثيراً عن دينونة الله لنا حين

نعمل خطية، ولكنها لا تعلم الكثير عن مدى محبة الله لنا. والله كلي القدرة بمقدوره أن يكون مخيفاً جداً، ولكنه كلي المحبة أيضاً.

**ج. عظات تُعلِّم أن أعمالنا تخلصنا:**

وهناك تعليم خطير آخر وهو أنه على كل إنسان أن يحيا حياة صالحة حتى يستطيع أن يرضي الله أو لكي يستخدمه الله. وقد نعتقد أننا نتألم لأننا لم نكن صالحين بشكل كافٍ لإرضاء الله. ولكن محبة الله لا تتوقف على سلوكنا. قد أحبنا ونحن بعد خطاة (رو ٥: ٨؛ ١يو ٤: ١٩). بل أنه يحبنا دائماً بالنعمة، وليس بسبب ما نعمله (رو ٧: ٢٣؛ أف ٢: ٨-٩).

**د. عظات تعد بالنجاح والازدهار للذين يؤمنون:**

وهناك تعليم خاطئ آخر يُسمى "إنجيل النجاح". وهذا التعليم مفاده أنه إذا أطعنا الله سنتمتع دائماً بالثراء وبالصحة الجيدة. وحين يتألم شخص ما، فإن هذا التعليم سيحمله على الشعور بالذنب حيث سيقول الناس إنه السبب في آلامه. ويُعتبر الرسول بولس مثالاً طيباً للشخص الذي تألم كثيراً على الرغم من أنه كان مطيعاً جداً لله.

**هـ. نحن لا نعمل الأشياء التي تساعد على أن يكون إيماننا قوياً:**

فيما نقرأ الكتاب المقدس وندرسه، نتعلم الحق عن الله وهذا يحررنا من أكاذيب الشيطان (يو ٨: ٣٢). ويحتاج المسيحيون إلى الالتقاء معاً من أجل التعليم والصلاة، والشركة (أعمال ٢: ٤٢؛ في ٤: ٦-٧؛

عب ١٠: ٤٢-٢٥). وإذا افتقدنا هذه الأشياء سنجد الأمر أكثر صعوبة من ناحية إيماننا بصلاح الله عندما نتألم.

و. **الكنسية لا تشجب الشر والظلم:**

لقد وضع الله الكنيسة في العالم لتتحدى الظلم ولتساعد المحتاجين (لو ٤: ١٨-١٩؛ مت ٢٥: ٣١-٤٦). وعندما لا تقوم الكنيسة بعملها، يزداد الشر، ويفقد الناس الأمل في أن يكون الله صالحاً حقاً بحسب ما يقوله عنه الكتاب المقدس.

❖ **تمرين للمجموعة الصغيرة:**

لقد تحدثنا عن ستة أشياء تجعل من الصعب علينا أن نعتقد في صلاح الله عندما نتألم. أي من هذه العناصر تمنعك من الاعتقاد في صلاح الله في وقت آلامك.

## تمرين ختامي

- ❖ اطلب من الجميع أن يغمضوا أعينهم وينصتوا فيما يعيد أحدهم وببطء قراءة الآيات التي سبق قراءتها عند بداية هذا الدرس، الأمر الذي يتيح لهم اختبار محبة الله أثناء تأملهم.

| | |
|---|---|
| يوحنا الأولى ٣: ١-١٢ | مز ١٠٣: ١٣ |
| متى ٩: ٣٦ | يوحنا الأولى ٤: ٩-١٠ |
| رومية ٨: ١٥-١٦ | بطرس الأولى ٥: ٧ |

- ❖ افحص قلبك. هل لديك أية شكوك خفية عن محبة الله؟ إذا وُجِدَت، أخبره بها.
- ❖ فكّر في الله باعتبار أنه أبوك المحب، تخيل في ذهنك أنك طفل مع أبيك المحب. عليك أن تشعر بالمحبة التي في عينيه فيما ينظر إليك.
- ❖ قسِّمْ الحاضرين إلى مجموعات صغيرة. اطلب من كل مجموعة أن تعمل مسرحية أو قصة مختصرة جداً عن أحد الموضوعات التالية:
  - آدم وحواء يقعان في الخطية (تكوين ٣).
  - إحباط الله بالنسبة للناس الذين اختاروا أن يعملوا الشر قبل الطوفان (تكوين ٣).
  - يوسف يلتقي مع إخوته ويشرح لهم كيف أن الله استخدم شرهم من أجل الخير (تكوين ٥٠).
  - طفل مع أب لا يحب، انتقل إلى أسرة جديدة مع أب يحب.

- شخص يساعد آخر يكون قد اختبر الألم. ومساعدته في التغلب على الأفكار الخاطئة عن الله.

- ❖ الترنم ببعض الترانيم التي تتحدث عن محبة الله لنا بل ويمكنك تأليف ترانيم جديدة.

# الدرس الثاني

# كيف يمكن أن تشفى قلوبنا الجريحة

## ١. قصة جون إمبا:

كان جون وزوجته كترين يعيشان في مدينة جنوب العاصمة حيث كانت توجد صراعات بين جماعات قبلية. كان من الصعب جداً عليهما أن يعيشا هناك كعائلة مسيحية وكانوا يصلون بشأن الرحيل، ولكنهما لم يريدوا ترك مصدر دخلهم، ولا عائلتهم وكل ما عرفاه في كل حياتهما. كان لديهما ابنين يعيشان معهما في البيت، وابن آخر أكبر سناً كان يعيش في مدينة مجاورة حيث كان يعمل كمعلم. وذات ليلة أتى أحد جنود الميليشا وهدد بأخذ ابنتهم أو ابنهم إن لم يدفعوا لهم ٢٠٠٠٠ $ كمالٍ للحماية.

لم يعرف جون ولا زوجته ما عليهما أن يفعلا وفكرا في طرق يمكنهما بها تدبير المبلغ الذي كان أكثر بكثير مما معهما. في نهاية هذا الأسبوع جاء الجندي مرة أخرى ومعه مجموعة من الجنود في وقت متأخر من الليل، وكسروا الباب، وطلبوا منهما دفع المبلغ وإلا أخذوا أحد الطفلين. حين نزل جون على السلم لاحظ أن ابنه الأصغر كان فاقد الوعي تحت الباب حيث أنه كان بجواره حين قاموا بتحطيمه. هدد جنود الميليشيا العائلة وضربوا جون، وتركوا مذكرة بها اتهامات ضد العائلة.

أخذا ابنهما الأكبر إلى المستشفي في سيارة أجرة وكان عليهما التحرك بسرعة لتجنب أن يوقفهما أحد أو أن يطلق عليهم الرصاص. قضوا الأسبوع التالي بين المستشفى وبين بيت أختهم وهم في حالة رعب من أن

يقابلوا شخصاً يتعرف عليهم، أو يهددهم أو يقتلهم. وأخيراً بعد أن تعافى ابنهما وخرج من المستشفى استأجر جون سيارة لتأخذهم إلى مدينة عبر الحدود، حيث أن بعض أفراد العائلة كانوا قد هربوا إليها من قبل.

في المدينة الجديدة تقابل جون مع أحد أعضاء عائلته ووجد عنده غرفة خالية في شقته حيث يمكن لعائلته أن تعيش، ووفرت لهم كنيسة قريبة بعض علب الطعام وأدوية لابنهم. لكن في بعض الأحيان كان جون يصاب بنوبات غضب شديدة وبثورة على الإرهابيين لما فعلوه بعائلته وبالمسيحيين الآخرين. في أوقات أخرى كان يشعر بالحب والحنان والخوف الشديد على من حوله.

حين يغضب جون كان يجد نفسه شديد العدوانية والعنف مع زوجته وأولاده، ولكنه كان يندم على ثوراته هذه ويطلب الغفران من الله. لم تكن كترين غاضبة على الناس، ولكنها كانت تشعر بحزن داخلي عميق. لم تكن مهتمة بأن تأكل كثيراً، وكانت كثيراً تتمنى الموت لنفسها. أحياناً حين تكون بمفردها في البيت، كانت تشعر بخوف شديد دون سبب محدد. كانت تعاني هي وجون من متاعب في النوم وكانا يريان الكثير من الكوابيس.

بدأت العائلة في الذهاب بانتظام لكنيسة محلية، حيث كان القس يخبرهم كل يوم أحد بما عليهم أن يعملوا، وكيف عليهم أن يقدموا عطاياهم وكيف يمكنهم العمل على الرغم من أنهم لم يكن مسموح لهم بالعمل قانونياً. ذات مرة بدأت كترين تتحدث مع زوجة القس عن مشاعر البؤس والحزن والخوف التي تشعر بها، ولكن زوجة القس أخبرتها بأن المسيحيين لا يجب أن يشعروا بهذا النوع من المشاعر، وقد جعلها هذا تشعر بالخجل من مشاعرها، فبدأت تقلل من اتصالها بالناس.

لم يتحدث أصدقاء جون وعائلته أبداً عن المشكلات التي عانوا منها في وطنهم الأصلي. كانوا فقط يتظاهرون بأن شيئاً لم يحدث. وأما بالنسبة لجون فقد تغيرت حياته بالكامل ولم يكن قادراً على التظاهر بأن شيئاً لم يحدث، ولكنه رغم ذلك كان يؤمن أيضاً أنه على الرجال ألا يتحدثوا عن مشاكلهم وأن عليهم أن يحتفظوا بمشاعرهم داخلهم. كان راعي الكنيسة يعرف أن بعض الناس في الكنيسة غيروا من سلوكهم للأسوأ منذ أن أتوا إلى مدينته هرباً من الحرب في الجنوب، وكان يعتقد أن الحل هو أن يتحدث أكثر عن وصايا الله.

**أسئلة للمناقشة:**

١. ما هي الجروح التي كان يحملها جون وكترين وابنهما علاوة على جرح جون البدني؟

٢. اذكر بعض الطرق التي جُرحت بها قلوب الناس في منطقتنا؟

٣. ما الذي تعلمه لنا ثقافتنا بأن نعمله بالنسبة لعواطفنا عندما نتألم في الداخل؟

## ٢. ما الجرح الذي يصيب القلب؟

### أ. جرح القلب يشبه جرح البدن:

**أسئلة للمناقشة:**

١. فكر في قرحة في الساق. كيف تشفى؟ وما الذي يساعدها على الشفاء؟

٢. كيف يكون جرح القلب مشابهاً للجرح البدني؟

العمود الأول فيما يلي يصف جرحاً بدنياً. والعمود الثاني يصف جرحاً في القلب. وهاتان النوعيتان من الجراح في حاجة للعلاج من أجل أن يتحقق

الشفاء. إذا كان ممكناً، اكتب هذا الجدول على سبورة أو على فرخ ورق كبير:

| الجرح البدني | جرح القلب |
|---|---|
| يكون مرئياً | لايكون مرئياً، ولكنه يظهر في تصرفات المرء. |
| يسبب الألم ويجب معالجته بعناية | يكون مؤلماً، ويجب معالجته بعناية. |
| إذا تم تجاهله من المحتمل أن يصبح أكثر سوءاً | إذا تم تجاهله، من المحتمل أن يصبح أكثر سوءاً. |
| يجب تطهيره لإزالة أي أشياء غريبة أو قذارة | يجب أن يخرج الألم، وأية خطية ينبغي الاعتراف بها. |
| إذا شُفي الجرح سطحياً مع بقاء العدوى في الداخل سيسبب للشخص مرضاً شديداً. | إذا تظاهر الناس بأن جروحهم العاطفية قد شُفيت، مع أن الحقيقة ليست هكذا، سوف يتسبب ذلك في مشاكل خطيرة. |
| الله وحده هو الشافي، لكنه في كثير من الأحيان يستخدم الناس والدواء لتحقيق الشفاء. | الله وحده هو الشافي، لكنه في كثير من الأحيان يستخدم الناس، ويعطي فهماً كيف تشفي عواطفنا لكي نفعل على هديه. |
| إذا لم تعالج تجذب إليها الذباب. | إذا لم تعالج، تجذب الخطية. |
| تستغرق وقتاً لكي تشفى. | تستغرق وقتاً لكي تشفى. |
| الجرح بعد شفائه يترك وراءه ندوباً. | القلب بعد شفائه يترك ندبة أيضاً. ويمكن أن يشفي الناس، ولكنهم لن يعودوا ثانيةً إلى الحالة التي كانوا عليها قبل الجرح. |

ب. **كيف يسلك أصحاب القلوب الجريحة؟**

**أسئلة للمناقشة:**

هل يمكنك أن تتذكر بعض الأشخاص من كنيستك ممن يظهرون سلوكاً غير عادي لأنهم يعانون من جروح في القلب؟ اذكر كيف يتصرفون؟

بعض الناس ممن يعانون من قلوب جريحة تراهم دائماً في توتر. وأي صوت عال يفزعهم. وتراهم طوال الوقت خائفين، ويتوقعون حدوث شيء سيء آخر في أية لحظة، ومن شدة توترهم لا يستطيعون النوم، أو قد يستيقظون في وقت مبكر للغاية. وفي بعض الأحيان، قد يواجهون صعوبة في التنفس، أو يشعرون بدوار، أو يصابون بإغماء. وبعض من ذوي القلوب الجريحة، تراهم في غضب شديد، يكرهون الآخرين وقد ينزعون إلى العنف. وعلى سبيل المثال، فإن النساء اللواتي تعرضن للاغتصاب تتولد فيهن كراهيه لجميع الرجال. وبعض من ذوي القلوب الجريحة تراهم في حزن عميق واكتئاب وينخرطون كثيراً في البكاء. والبعض منهم يتجنبون أي شيء من شأنه أن يذكرهم بأحداث أليمة مرت بهم. وعلى سبيل المثال كثيرون من الناس الذين اجتازوا حرباً استُخدِمت فيها الطائرات في القتال تراهم الآن يخافون للغاية من صوت الطائرة. وقد يتجنبون المطارات، وبعض الناس ممن لحقهم الأذى على أيدي مسيحيين قد يرفضون الذهاب إلى الكنيسة. والبعض منهم قد لا يستطيعون تذكر جزء مما لحق بهم. وكذلك فإن البعض من ذوي القلوب الجريحة قد يصابون بتبلد الحس. ولا يعودون يهتمون كثيراً بما يحدث لهم. لقد فقدوا طاقتهم ولم يعودوا ينزعجون بعد نتيجة العنف. أو نتيجة رؤيتهم أجساماً ميتة. والكثيرون من أصحاب القلوب الجريحة يجدون أنفسهم وقد انخرطوا في التفكير في

الحدث طوال الوقت. وفي بعض الأحيان يتملكهم شعور بأنهم مــازالوا في خضم الحدث وأنهم يخوضونه مرة أخرى. وهذا قد يحدث فيما هم مستيقظون أو حتى في أحلامهم، حيث يأتي الأمــر مثــل كــابوس. وانهماكهم في التفكير في الحدث طوال الوقت يجعل من الصعب عليهم التركيز على عمل معين. وعلى سبيل المثال، قد يجد أطفال المــدارس أن الدراسة أمر صعب. والبعض من جريحي القلب قد يخبرون كــل من يصادفهم عما حدث لهم، ويعيدون ذلك مراراً وتكــراراً. وعلــى صعيد آخر، قد يرفض بعضهم الحديث عن ذلك إطلاقاً. والبعض منهم قد يحاولون التخلص من الألم بتناول المخدرات أو الخمر. وآخرون قد يأكلون أكثر من اللازم، أو يعملون أكثر من اللازم كوســيلة لتجنــب الشعور بالألم. وكل هذه الأمور تعد عادية بالنسبة لمن خاضوا أحــداثاً سيئة مثل الحرب. وقد تحدث هذه التصرفات في الحال، أو قد تتــأخر، ولا تبدأ في الحدوث إلا بعد وقوع الحدث بوقت طويل.

### ج. ما الذي يزيد من خطورة بعض جروح القلب؟

بعض المواقف أكثر صعوبة من الأخرى، وعلى سبيل المثال:

- شيء شخصي جداً، على سبيل المثال، وفاة أحد أفراد العائلة أو تعرض لخيانة أحد الأصدقاء المقربين.
- شيء يستمر لمدة طويلة.
- شيء يتكرر حدوثه أثناء فترة زمنية محددة.
- شيء متصل بالموت.
- شيء عمله أناس عمداً ليسبب الألم، وليس شيء حدث بطريق الصدفة.

إن الطريقة التي يتصرف بها الشخص كرد فعل لاختبار معين هــي

التي تحدد مدى خطورة الجرح، وليس الشيء السيء نفسه. فقد يكون الجرح الذي لحق بشخص ما صغيراً، ولكن رد فعله قد يكون أكثر شدة من رد فعل شخص آخر أصابه أذى أكبر. والشخص الذي من المحتمل أن يكون رد فعله على الأشياء السيئة أكثر عنفاً هو:

- شخص يريد دائماً أن يخبره أحد عما يتوجب عليه عمله.
- شخص يوجد بين أفراد عائلته من هو مصاب بمرض عقلي.
- شخص يكون حزيناً بطبعه، أو يكون حساساً.
- شخص وقعت له أحداث سيئة كثيرة في الماضي، ولا سيما إذا كانت حدثت أيام الطفولة مثل وفاة كلا الوالدين.
- شخص كان يواجه بالفعل الكثير من المشاكل قبل أن يحدث هذا.
- شخص لم يلق مسانداً من العائلة أو من الأصدقاء أثناء هذا الحدث أو بعده.

## ٣. ما الذي يعلمه لنا الكتاب المقدس من ناحية كيفية تعاملنا مع مشاعرنا؟

بعض المسيحيين ممن لديهم متاعب من هذه النوعية يقولون إنه يتوجب علينا ألاّ نفكر أو نتحدث عن مشاعرنا. كما يقولون أيضاً إنه لا ينبغي علينا أن نلجأ للآخرين طلباً لعونهم في متاعبنا. ويقولون إنه ليس علينا سوى نسيان الماضي فحسب، ويظنون أن الاحساس بالألم في قلوبنا معناه أننا نشك في مواعيد الله.

### أ. شخصيات كتابية تشاركهم مشاعرهم:

**أسئلة للمناقشة:**

ما الذي تعلمه لنا هذه الآيات من ناحية تعاملنا مع مشاعرنا؟

| | |
|---|---|
| متى ٢٦: ٣٧-٣٨ | يوحنا ١١: ٣٥ |
| يوحنا ١٢: ٢٧ | يوحنا ١٣: ٢١ |
| غلاطية ٦: ٢ | فيلبي ٢: ٤ |
| صموئيل الأول ١ | مزمور ٣٢: ٣ |

كانت لدى يسوع مشاعر قوية تشارك بها مع تلاميذه. ويعلمنا بولس الرسول أن نتشارك مع بعضنا البعض فيما نواجه من مشاكل كطريقة لاهتمام كل منا بالآخر. والعهد القديم مليء بالأسئلة عن أشخاص كانوا يسكبون قلوبهم لله: وعلى سبيل المثال: حنّة، داود، سليمان، إرميا، ويقول لنا كاتب المزمور أننا إذا احتفظنا بألمنا في داخلنا، فإنه قد يسبب لنا المرض. "لما سكتُّ بليت عظامي من زفيري اليوم كله" (مز ٣٢: ٣).

### ب. توجع وعويل:

يقول داود للرب في مزمور ١٣: ١ "إلى متى يا رب تنساني كل النسيان، إلى متى تحجب وجهك عني" وفي الآيتين ٥، ٦ يقول: "أما أنا فعلى رحمتك توكلت. يبتهج قلبي بخلاصك. أغني للرب لأنه أحسن إلي". كيف يقول هذين الأمرين في وقت واحد، وهما يبدوان متناقضين. ومزمور التوجع والعويل هو إحدى نوعيات المزامير. وفي هذه النوعية يسكب الناس شكواهم لله في جهد

يقصدون به إقناع الله بأن يتصرف نيابة عنهم، وطوال الوقت، يعترفون بثقتهم فيه. وهذه النوعية من المزامير[1] يمكن أن تتضمن سبعة أجزاء:

- مخاطبة الله (عليك يارب .....).
- عرض لأمانة الله في الماضي.
- الشكوى.
- اعتراف بالخطية، أو ادعاء بالبراءة.
- طلب العون.
- استجابة الله (أحياناً تأتي ضمنية).
- إقرار بالحمد، وإعلان عن الثقة في الله.

ولا توجد كافة هذه الأجزاء في كل مزامير التفجع والعويل، ثم أنها لا تأتي دائماً بنفس الترتيب. فأسلوب الشكوى يتيح للمرء أن يعبر بالكامل عن حزنه، بل وحتى قد يتّهم الله، ولكن هذا يتبعه بسرعة

---

[1] ٦٧ مزموراً من المزامير اعتبرت مزامير تفجع أو مراثي بأكثر من أية نوعية أخرى من المزامير. والبعض منها لكي يستعملها الأفراد، والأخرى لكي تستخدمها الجماعة معاً. ومزامير التفجع الخاصة بالأفراد هي المزامير ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٩-١٠، ١١، ١٢، ١٦، ١٧، ٢٢، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣١، ٣٥، ٣٦، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤٢-٤٣، ٥١، ٥٢، ٥٤، ٥٥، ٥٦، ٥٧، ٥٩، ٦١، ٦٢، ٦٣، ٦٤، ٦٩، ٧٠، ٧١، ٧٧، ٨٦، ٨٨، ٩٤، ١٠٢، ١٠٩، ١٢٠، ١٣٠، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣. ومزامير التفجع الجماعية هي: ١٢، ١٤، ٤٤، ٥٨، ٦٠، ٧٤، ٧٩، ٨٠، ٨٣، ٨٥، ٩٠، ١٠٦، ١٠٨، ١٢٣، ١٢٦، ١٣٧.

تعبير عن الثقة في الله. وهذه الخلطة تشكل صلاة قوية جداً. فالحزن غير مخفي، ولكن الشخص لا يستمر في حزنه، فهو يلجأ إلى الله ويعبّر عن إيمانه به. وهذه النوعية من المزامير تشجع الناس على أن يكونوا أمناء مع الله، وأن يقولوا الحق فيما يتعلق بمشاعرهم وشكوكهم. وحين يفعلون ذلك، يقدر الله أن يتصرف.

عند التفجع لا يحاول الناس حل المشكلة بأنفسهم، لكنهم يصرخون إلى الله طالبين العون. هم ينظرون إلى الله – وليس إلى العدو – باعتباره الوحيد الذي يسيطر تماماً على الوضع. وهم يسألون الله أن يعمل من أجل إقرار العدل، بدل من أن يتصرفوا هم أو يلعنون عدوهم (مزمور ٢٨: ٣-٤).

# تمارين

١. اقرأوا المزمور ١٣ معاً في حجرة الدراسة. تعرف على أجزاء مزمور التفجع هذا:

| | |
|---|---|
| **الآيتان ١، ٢**<br>إلى متى "يارب" تنساني كل النسيان؟<br>إلى متى تحجب وجهك عني؟<br>إلى متى أجعل هموماً في نفسي؟<br>وحزناً في قلبي كل يوم؟<br>إلى متى يرتفع عدوي عليَّ؟ | **خطاب وشكوى** |
| **الآيتان ٣، ٤**<br>انظر واستجب لي "يارب إلهي".<br>انر عيني لئلا أنام نوم الموت.<br>لئلا يقول عدوي قد قويت عليه.<br>لئلا يهتف مضايقي بأني تزعزعت. | **طلب** |
| **الآية ٥أ**<br>أما أنا فعلى رحمتك توكلت. | **إقرار بالثقة في الله** |
| **الآية ٥ب**<br>يبتهج قلبي بخلاصك<br>أُغني للرب<br>لأنه أحسن إليَّ | **تعهد بحمد الرب** |

**٢. اكتب تفجعاً بخصوص تجربة أليمة مررت بها. استخدم أكثر ما يمكن من الأجزاء. واعمل منها ترنيمة. تشاركوا بهذا التفجع لمجموعة، مع إضافة أية حركات إيقاعية مناسبة، ويمكن أن تكون هذه جلسة مسائية مفيدة.**

## ٤ . كيف يمكننا مساعدة الناس على الشفاء من جروحهم؟

يتخلص الناس من الألم الذي يعتصر قلوبهم عن طريق الحديث عنه. وأحياناً قد يحتاج الإنسان إلى الحديث مع شخص آخر عن ألمه قبل أن يكون مستعداً للحديث عنه مع الله.

وإذا استطاع الناس الحديث عن تجاربهم الأليمة، فإنهم بعد فترة قصيرة تقل ردود أفعالهم شيئاً فشيئاً. غير أنه إذا لم يستطع الناس الحديث عن آلامهم، إذ لم يكن هناك من يستطع مساعدتهم، فقد تستمر ردود أفعالهم هذه لشهور بل لسنوات، وقد تسوء حالتهم بمرور الوقت بدلاً من أن تتحسن.

وهذا الحديث يمكن أن يجري بين شخصين، أو في مجموعة صغيرة، ولا يجب أن تزيد المجموعة عن عشرة أو اثني عشر شخصاً حتى تتاح لكل واحد فرصة الكلام. ويمكن للمجموعة أن تكون من زوجين (رجل وامرأته)، أو من عائلته، أو من أشخاص اختبروا معاً حادثاً أليماً. وإذا كان هناك من لا يعبرون عن مشاكلهم، يمكن دعوتهم للاستماع فقط. وفي الوقت المناسب، قد يكونون مستعدين للمشاركة بمشاكلهم أيضاً.

ومن المهم إيجاد مكان يتسم بالأمن والهدوء حتى يمكن للناس أن يتحدثوا فيه بحرية. ويجب إيجاد من يهتم بالأطفال الرضع والأطفال الصغار حتى يتسنى للوالدين أن يتكلموا دون أن تتشتت أفكارهم. وقد تكون المجموعة في حاجة إلى اللقاء أكثر من مرة.

### أ. ما الهدف من دعوة الناس كي يتحدثوا عن آلامهم؟

بإتاحة الفرصة للناس كي يتحدثوا عن ألمهم، فإنه سيكون بمقدورهم:

- أن يفهموا على نحو صحيح ما حدث وماذا كان تأثير ذلك عليهم.

- تقبل ما حدث.
- أن يصبحوا قادرين على الثقة فـــي الله، وأن يرتــاحوا فيـــه ويدعوه بشفيهم (مز ٦٢: ٨)

## ب. ما هي سمات المستمع الجيد؟

**سؤال للمناقشة:**

ما نوعية الشخص الذي تشعر بارتياح أن تشاركه ألمك؟

ولكي يشعر الناس بارتياح للمشاركة بجراح قلوبهم العميقة فإنهم في حاجه أن يعرفوا بأن هذا الشخص:

- يهتم بهم.
- سيحتفظ بالمعلومات سراً.
- لن ينتقدهم أو يقدم لهم حلولاً سريعة.
- سوف ينصت ويتفهم ألمهم.

وبوسع رعاة الكنائس أن يتعرفوا على أشخاص يتسمون بالخدمة والاهتمام بالآخرين، وتدريبهم على القيام بهذه الخدمة. ويجب أن يسمح للشخص الذي لحقه الأذى أن يختار الشخص الذي سيشعر بالارتياح عند الحديث معه.



### ج. كيف يمكننا الاستماع؟

الأسئلة التالية قد تساعد المجتمع على أن يوجّه الشخص إلى أن يقصّ حكايته:

- ماذا حدث؟
- كيف تشعر؟
- ماذا كان الجزء الأصعب بالنسبة لك؟
- من الذي أعطاك قوة وساعدك على اجتيازه؟
- كيف ساعدك الله؟
- كيف تمكنت من مساعدة الآخرين؟

اظهر له أنك تستمع وذلك عن طريق الاستجابة بطرق مناسبة. وهذا قد يتأتى عن طريق النظر إليه، أو بقولك كلمات تدل على اتفاقك معه مثل "فعلاً، عندك حق، ... إلخ" لاتنظر إلى خارج النافذة أو إلى ساعتك. لا تظهر وكأنك تتلهف إلى أن ينهي كلامه.

وبين آونة وأخرى، كرر ما تعتقد أن هذا الشخص قد قاله. وهذا يعطيه فرصة للتصحيح، أو القول مرة ثانية، أو يؤكد فهمك للموضوع.

وإذا كان الشخص يتذكر أحلامه، شجعه على أن يحدثك عنها، وما تُعنيه بحسب فكره. وقد تكون هذه نفسه الداخلية التي تعمل من خلال الحديث في حين أن عقله نائم. وربما يكون الله يتحدث معه في ألمه. ومعنى الأحلام أمر رمزي. والأشياء التي تحدث في الأحلام لا يجب أن تُؤخذ على أنها قد حدثت في واقع الحياة. الق أية أحلام محزنة عند الرب في الصلاة.

وعندما يكون الشخص مستعداً، صلِّ من أجله. وأخيراً، يحتاج الناس إلى أن يأتوا بآلامهم إلى الرب، غير أن هذا الأمر يتطلب وقتاً حتى يكونوا على استعداد للقيام بذلك.

### د. حالات خطيرة:

الناس الذين تكون جروحهم كبيرة قد يحتاجون إلى مساعدة أكبر مما تستطيع أن تقدمه أنت لهم بالاستماع إلى ما يؤلمهم. ولكي تقيّم مدى شدة الجرح الذي أصاب شخصاً ما، عليك أن تعرف:

- كم مشكلة واجهتهم في الطريق الذي سلكوه (انظر القسم ٢ج).
- كم مرة تكررت هذه المشاكل.
- ما مدى شدة هذه المشاكل.
- كم شهراً استمرت.
- ما إذا كانت المشاكل تشغلهم عن العناية بأنفسهم أو بعائلاتهم.

الناس الذين تكون جراحهم عميقة يحتاجون إلى مساعدة مهنية. وإذا لم يكن هناك طبيب نفسي، فيمكن لطبيب عاديّ أو ممرضة على الأقل أن تعطيه دواء مهدئاً، لمساعدته على النوم.

# تمرين ختامي (الزمن ساعة واحدة)

قســم المشتركين إلى مجموعات كل منها من ثلاثة أشخاص. وعلى كل فرد – بدوره – أن يخبر الاثنين الآخرين عن شيء ضار واحد قد حدث – حدثاً صغيراً وليس كبيراً جداً. يتم اختيار شخص ثاني كمستمع. وعليه أن يشارك المتكلم آلامه. ويجب عليه أن يستخدم الأسئلة التي اقتُرحت في القسم ٤ج. أما الشخص الثالث فيقوم بدور المراقب. وبعد عشر دقائق يمكن للمراقب أن يقدم معلومات للمستمع عما أحسن عمله، وما الذي يمكن عمله على نحو أفضل. أما الشخص المشارك فيمكنه أن يذكر متى شعر أن المستمع قد سمع ألمه، وما الذي أفاده، وما الذي لم يفده. وبعد ذلك يتم تبادل الأدوار. اعمل هذا إلى أن يقوم كل شخص بأداء الأدوار الثلاثة.

# الدرس الثالث

# ما الذي يحدث عندما يحزن الإنسان

## ١. قصة القس سامي:

في محافظة ديرالا كان هناك قتال شديد لسنوات عديدة. ظل المسيحيين في المنطقة حريصون في تنقلاتهم في المنطقة ولكن الكثيرين من الجيران بل ومن أعضاء الكنيسة تعرضوا للتهديد أو للقتل.

تعرض أحد المسيحيين في المدينة ويدعى سامي للضرب بمؤخرة بندقية وترك بين حي وميت لأنه كان يسير مع زوجته إلى الصيدلية في أثناء حظر التجول. بعد عدة أسابيع بدأ يتعافى في المستشفى ببطء ولكن كان عليه أن يهرب إلى دولة مجاورة بسبب تهديدات تلقاها بالقتل لكونه مسيحياً. والآن لم يعد سامي قادراً على العمل في نفس الوظيفة التي كان يشغلها سابقاً بسبب جروحه، وهو يشعر في بعض الأحيان بالذنب وبأنه فعل أمراً أدخله في هذا الموقف.

ساعدته كنيسة في المكان الجديد بمعونات من الأطعمة، وأعانته على العثور على مكان ليمكث فيه مع عائلة أخرى في شقة صغيرة. تمكن سامي من التحدث مع أحد خدام الكنيسة عن مشاعر الخوف والغضب والألم وصليا معاً من أجل الأمر.

سرعان ما بدأ اهتمام سامي يتزايد بشأن بعض المسيحيين الموجودين في المدينة. بعض من فقدوا بعض أعضاء أسرهم كانوا في غاية الحزن ولم

يحاولوا حتى العثور على أي نوع من العمل، وبدا أنهم فقدوا الرغبة حتى في الحياة بشكل عام. إحدى السيدات كانت تصر أن ابنها لم يمت على الرغم من أن بعض الأقارب كانوا قد تعرفوا على جثته في المشرحة في ديرالا. وظلت تتوقع وصوله مع مجموعات اللاجئين التالية.

حتى سامي كانت تراودة الكثير من الكوابيس المزعجة فيقوم من نومه صارخاً لزوجته. كما أنه كان غاضباً من الداخل ولكنه كان يعلم أنه لا يجب أن يظهر هذا. كان غاضباً من الله لأنه كان مضطراً لأن يعيش في مدينة أخرى بأمل قليل جداً في العودة إلى ديرالا. ولأنه لم يكن قادراً على التعبير عن غضبه بانفتاح حين يشعر به، كان هذا يتسبب له في نوبات صداع وألم في المعدة.

**أسئلة للمناقشة:**

- ما الذي أصاب سامي؟
- هل حدث أنك في يوم ما عانيت مثل هذه المعاناة؟
- كيف يمكن مساعدة سامي؟

## ٢. ما هو الحزن؟

الحزن هو الشعور بالأسى لفقدان شيء ما. وقد يكون الحزن لفقد أحد أفراد العائلة، أو أحد الأصدقاء. أو قد يكون ذلك بسبب فقدان أحد أعضاء الجسم، أو شلله. وقد تتمثل الخسارة في ممتلكات أو وظيفة.

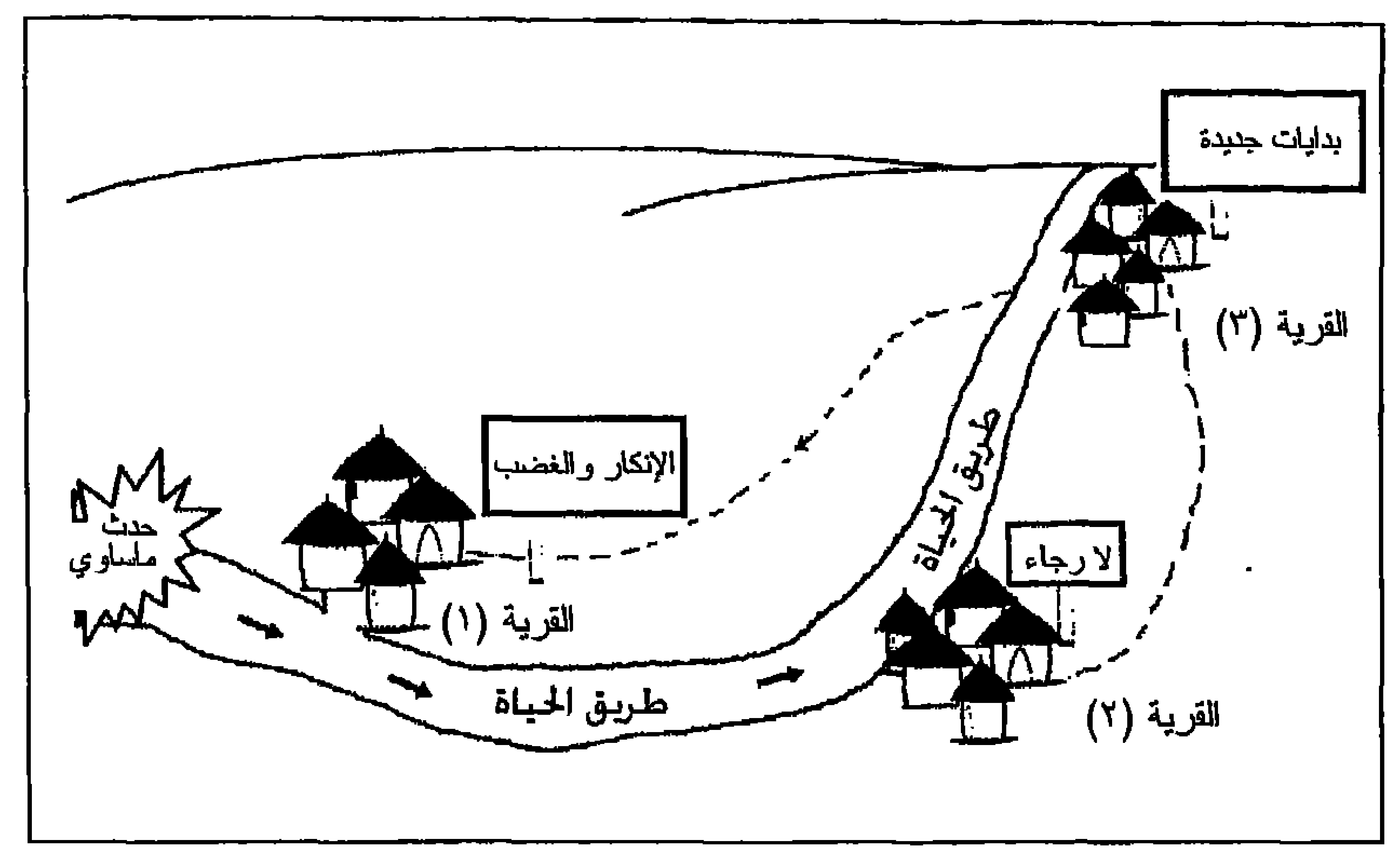
وسواء كانت الخسارة صغيرة أم كبيرة، فكافة الخسائر تؤثر فينا وتجعلنا نشعر بدرجة من الحزن.

وحين يفقد الناس شخصاً أو شيئاً هاماً للغاية، قد يفقدون الإحساس بذواتهم. وهذا ما يحدث على وجه الخصوص حين يموت الزوج/الزوجة، أو حينما يفقد الإنسان عضواً من جسمه أو بصره. ونتيجة لعملية الحزن هذه، يتغير إحساس المرء القديم، ويكيف نفسه مع أسلوب الحياة الجديد. وهذا أمر يستغرق بعض الوقت.

وبسبب خطية آدم وحواء، دخل الموت إلى العالم، وأصبح الحزن جزءاً من العملية العادية للتخلص من آثار الخسارة. وفي السماء فقط لن يكون هناك بكاء بعد (رؤيا ٢١: ٤). وبالنظر إلى أنه لدى المسيحيين رجاء في السماء، فإنهم لا يُحبطون في حزنهم كما هو الحال بالنسبة لغير المسيحيين (تسالونيكي الأولى ٤: ١٣). إنهم حزانى لكنهم ليسوا خائفين.

## ٣. كيف يمكننا أن نحزن بطريقة تحقق الشفاء؟

الحزن يستهلك وقتاً وطاقة. إنه مثل رحلة تأخذنا إلى قرى عديدة.




رحلة الحزن

### أ. قرية الإنكار والغضب:

القرية رقم (١) هي قرية الإنكار والغضب. وفور أن تلحق بالناس خسارة جسيمة، تراهم يفقدون الحس ولا يدرون تماماً بما يدور حولهم. وتراهم لا يستطيعون أن يصدقوا أن الشخص قد توفي بالفعل، أو أن الحدث قد وقع حقيقة. وفي لحظات أخرى قد تراهم فجأة وقد بدأوا يصرخون أو ينفجرون في نوبة من الغضب. قد يغضبون من الله، أو حتى مع الشخص الذي توفي لأنه تركهم وحدهم. وقد تدور في أذهانهم أسئلة كثيرة مثل: "لو كنت قد فعلت

كذا وكذا، لما كان قد مات" أو "كنت أتمنى لو أني...."، أو "لماذا يحدث هذا لي؟" وقد يقع البعض في إغراء العثور على شخص يلقون عليه تبعة الموت، وقد يحاولون الانتقام. وكثيراً ما ينتهي هذا إلى نزاع وقطع العلاقات الأمر الذي من شأنه أن يزيد الألم. وفي بعض الأحيان يرفض الناس الاعتقاد أن الشخص قد توفي بالفعل. ويعتقدون أنه مازال موجوداً بل وقد يصل بهم الأمر إلى الاعتقاد أنهم رأوا الشخص المتوفى أو سمعوا صوته. وكثيراً ما يحلم الناس بأنهم رأوا أو سمعوا الشخص المتوفي. وهذا قد يحدث لأناس في كافة أنحاء العالم، وهو أمر ليس له علاقة بالأرواح الشريرة. وهذه المرحلة قد تستمر لمدة شهر أو أكثر بعد هذه الخسارة. ويمكن أن تبدأ أثناء وقت الجنارة، وحين يكون الناس لا يزالون يتوافدون لمواساة العائلة المكلومة. ثم إن البكاء، والطقوس الخاصة بالسهر إلى جوار جثة الفقيد ثم الدفن من الأمور التي تخفف من شدة الحزن.

**مناقشة ثنائية:**

فكر في خسارة لحقت بك. هل انتابك أي من هذه المشاعر؟

**ب. قرية "لا رجاء":**

القرية (٢) سُميت "قرية اللارجاء". وحين يحصل الناس إلى هذه القرية فإنهم في كثير من الأحيان يشعرون بالحزن وعدم الرجاء. وقد يجدون من الصعب عليهم تنظيم حياتهم. وتراهم لا يزالون يتوقعون إلى عودة الشخص المتوفى ثانيةً. وقد يشعرون بالوحدة، وأنه لايهتم بهم أحد. ومن المحتمل أنهم قد يشعرون بالذنب، كما لو أن موت هذا

الشخص جاء نتيجة خطأ من جانبهم، حتى عندما لا يكون هناك أي سبب لذلك. والسؤال الذي بدأ في المرحلة السابقة (القرية) قد يستمر. والناس يقيمون عادةً في قرية اللارجاء هذه لمدة تتراوح ما بين ٦ – ١٥ شهراً.

ج. **قرية (٣) تسمى "قرية البدايات الجديدة":**

فالذين قبلوا ما أصابهم وحزنوا عليه بوسعهم الانتقال إلى "القرية ٣". وعند هذه النقطة يبدأون في التفكير في اتباع حياة جديدة بالنسبة لهم. وتراهم على استعداد للخروج مع أصـــدقائهم، ويتنزهون معهم ثانيةً. أما أولئك الذين فقدوا زوجاتهم (أو فقدن أزواجهن) فيبدأون في التفكير في الزواج مرة أخرى. أما إذا فقدوا طفلاً فإنهم يريدون إنجاب طفل جديد. لكن الناس يتغيرون نتيجة الخسارة، ولذا لن يكونوا على نفس الحال الذي كانوا عليه قبلاً. وإذا كانوا قد حزنوا تماماً، فإنهم سيكونون أكثر قوة بحيث يستطيعون مساعدة الآخرين.

د. **ليست دائماً رحلة مباشرة:**

إنه أمر عادي جداً أن يعود الناس لزيارة القرى السابقة لفترة زمنية وجيزة. وقد يحدث أنه بعد وصول شخص ما إلى القرية (٢). أن يعود ليختبر ثانيةً ولأيام قليلة الشعور بالغضب الشديد، ثم ينسى هذا الأمر تماماً. وفي بعض الأحيان قد يبدأ الناس حتى من القرية (٢)، وبعد ذلك يتوجهون إلى القرية (١) في وقت لاحق. وقد يصل أحدهم إلى القرية (٣)، ولكنه يعود ثانيةً إلى عدم الرجاء من القرية (٢) كرد فعل لحدث

ما مثل الذكرى السنوية لوفاة عزيز لديه. وقد يحدث أن تحتفظ والدة طفل قد توفي بملابسه التي كانت جاهزة لكي يرتديها، ولا تتخلى عنها لمدة سنة أو أكثر بعد وفاته. وقد يظل رجل على رفضه المشاركة في المناسبات الاجتماعية مع أصحابه لمدة سنتين بعد وفاة زوجته. وهؤلاء الناس قد أقاموا في القرية (١) أو القرية (٢) أطول من اللازم، وقد يحتاجون إلى مساعدة خاصة لتعينهم على مواصلة الحياة.

**مناقشة ثنائية:**

في حالة الخسارة السابق ذكرها، هل مررت بكافة القرى حتى وصلت إلى قرية البدايات الجديدة؟ هل كنت تشعر بتردد أثناء الطريق؟ وهل فكرت في التراجع والعودة من حيث أتيت؟

## ٤. ما الذي يمكن أن يزيد الحزن صعوبة؟

الحزن أمر صعب، غير أن هناك بعض الأشياء تجعله أكثر صعوبة. وهذه قد تكون أشياء متعلقة بكيفية حدوث الخسارة، أو المعتقدات التي يعتنقها الناس عن الحزن.

### أ. نوعية الخسارة يمكن أن تزيد من صعوبة الحزن:

وكل الخسائر يتوجب الحزن عليها، لكن هذه الخسائر لها صعوبة على نحو خاص:

- حين تكون هناك حالات وفاة أو خسائر كثيرة في آن واحد.
- حين تكون حالة الموت أو الخسارة مفاجئة ولم تكن متوقعة.

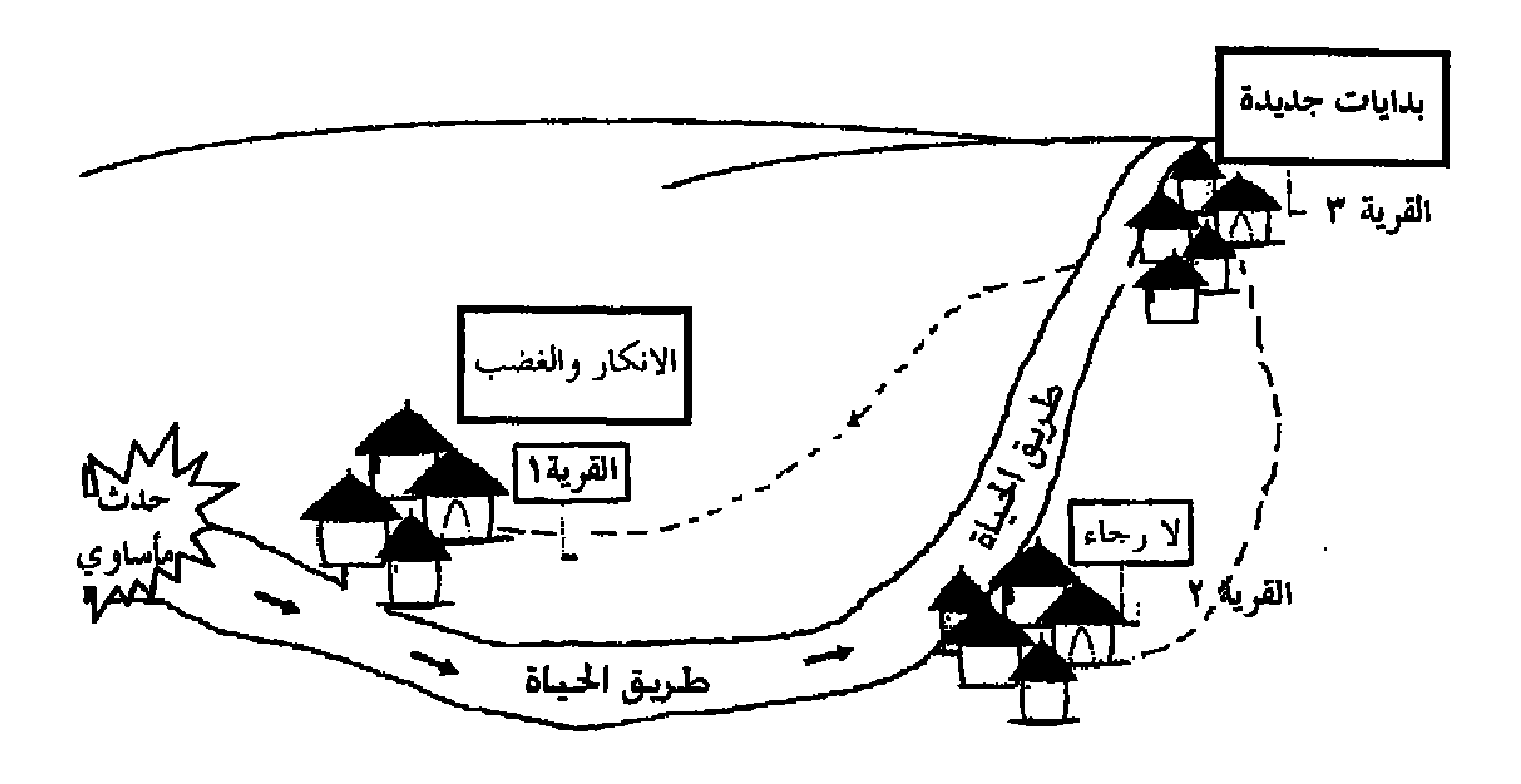
- حين تكون حالة الموت أو الخسارة شديدة.
- حين لا تُوجد جثة لدفنها.
- حين لا توجد أية وسيلة تؤكد أن الشخص قد مات.
- حين يموت الشخص المتكفل بإعالة العائلة، أو يكون قائد الجماعة.
- حين تكون هناك مشاكل لم تحل بين المكلومين والمتوفى.
- حين يكون الموت نتيجة انتحار أو جريمة قتل.
- في حالة وفاة طفل.

**ب. "جسر الإنجيل" يمكن أن يمنع الناس من الحزن:**

يعتقد بعض المسيحيين بأنه مادام لديهم الإنجيل، وكافة مواعيد الله، فإنه من الخطأ الشعور بالغضب أو الحزن عند وقوع خسارة فادحة. والبعض يطلقون على هذا "جسر الإنجيل" لأنه يشكل جسراً من لحظة وقوع الخسارة يؤدي مباشرةً إلى "قرية البدايات الجديدة"، دون المرور على القريتين ١، ٢. وهذا تفكير غير كتابي. فالله خلقنا، ومعنا الحاجة إلى الحزن عند حدوث مثل هذه الخسائر. ولقد عبر يسوع عن عواطف أليمة على الصليب حين قال "إلهي إلهي لماذا تركتني؟" (متى ٢٧: ٤٦).

ومواجهة الحزن في حالة الخسارة أمر يتطلب شجاعة. ونحن كثيراً ما نميل إلى تجاهله. وأحياناً نشغل أنفسنا بالانخراط في عمل الله كوسيلة لنتجنب الشعور بالألم. وهذا أمر خطير، لأننا إذا

لم نحزن إذا أصابنا ضرر، سيظل الحزن كامناً فينا. ولن ينصرف وسوف يسبب مشاكل لسنوات كثيرة.




جسر الإنجيل

ج. **المعتقدات الخاصة بالصراخ / البكاء يمكن أن تبعدنا عن الحزن:**

بعض الثقافات تطلب من الناس أن ينوحوا علانية عندما تحدث وفاة. أما الذين لا يصرخون، فيُتّهمون بأنهم لم يكونوا يعيرون أي اهتمام بالشخص الذي توفي، أو يُتّهمون بأنهم السبب في حدوث الوفاة. وهذا قد يؤدي بالناس إلى العويل بشكل مؤثر، سواء كانوا يشعرون بالحزن أم لا. وهناك ثقافات أخرى لا تسمح للناس – وبصفة خاصة الرجال – أن يبكوا، وهذا قد يؤدي إلى احتفاظ الناس بحزنهم في الداخل بدلاً من التخلص منه.

والدموع ماهي إلاّ وسيلة أمدنا بها الله لكي تعمل على أن يترك الحزن أجسادنا. ويمكن للبكاء أن يشكل جزءاً هاماً من الحزن، سواء بالنسبة للرجال أو النساء.

بل إن يسوع نفسه بكى حين مات صديقه المقرب لعازر (يوحنا ١١: ٣٣-٣٨أ). وبكى كاتب المزمور (مز ٦؛ ٣٩: ١٢؛ ٤٢: ١)، كما بكى الأنبيــاء (إش ٢٢: ٤؛ إر ٩: ١٠). وجاء في سفر الجامعة أنه يوجد "للبكاء وقت" والله يرى دموعنا، وهي ثمينة عنده (إش ٣٨: ٣).

ولا يجب على الناس كتم دموعهم، بل ولا يجب أن يبكوا/ يولولوا لمجرد التظاهر فقط. وعليهم - بقدر الإمكان - أن يتركوا دموعهم تسيل بشكل طبيعي. وأحياناً يأتي الحزن في وقت لم يكن متوقعاً، بل إنه قد يأتي بعد شهور من حدوث الوفاة.

**مناقشة ثنائية:**

- فكّر ثانية في الخسارة التي اختبرتها. هل كانت هناك أشياء حالت بينك وبين الحزن؟ ما هي هذه الأشياء؟ هل ساعدتك دموعك على التخلص من الحزن؟
- كيف تستطيع مساعدة الحزانى؟

### ❖ مناقشة للمجموعة الصغيرة:

عندما كنت حزيناً لموت شخص ما، ما هي نوعية الأشياء النافعة التي عملها أو قالها لك الناس؟ ما هي نوعية الأشياء غير النافعة التي عُملت أو قيلت؟ اطلبْ من بعض المجموعات أن تناقش السؤال الأول، على أن تناقش المجموعات الأخرى، السؤال الثاني. بعد ذلك ارفع تقريرك للمجموعة الكبيرة.

كيف تساعد ثقافتنا – بحسب تقاليدها – أولئك الذين هم في حزن؟ ما هي العادات المفيدة؟ وما هي العادات غير المفيدة؟ هل هناك من بين هذه العادات ما لا يجب على المسيحيين أن يعملوها؟ لماذا؟

أ. **مثال المعزين الذين جاءوا لتعزية أيوب:**

كان أيوب رجلاً ثرياً، وله عائلة كبيرة العدد. وفي لحظة فقد كل شيء: أولاده، مواشيه، ثروته، وصحته. وحين سمع أصحابه عن المشاكل التي كان يواجهها، جاءوا لتعزيته. جلسوا معه في صمت لمدة أسبوع قبل أن يتكلموا – ولكن أيوب هو الذي قطع الصمت وذلك تعبيراً عن ألمه – وبسرعة أشار أصحابه إلى أنه يفتقر إلى الإيمان (أيوب ٤: ٣-٦)، وأن آلامه سببها خطاياه وخطايا أولاده (أيوب ٤: ٧-٨). وعلى الرغم من قول أيوب أنه لم يخطئ، إلاَّ أنهم كانوا على ثقة من أنه لو كان بريئاً لما سمح الله بوقوع هذه الأحداث (أيوب ٨: ٦-٨؛ ١١: ٢-٤؛ ٢٢: ٢١-٣٠). وقد اتّهموه مراراً وتكراراً في محاولة منهم لحمله على الإعتراف. وأخيراً قال أيوب: "معزون متعبون كلكم". ذلك أنهم بدلاً من تعزية أيوب فإنهم زادوا من آلامه.

**أسئلة للمناقشة:**

ما هي الأشياء التي عملها معزو أيوب وكانت نافعة له؟ وما هي الأشياء التي عملوها ولم تكن نافعة؟

### ب. كيف يمكننا مساعدة من هم في حزن؟

بعض الطقوس والممارسات التقليدية تساعد الإنسان على الحزن. والبعض الآخر ليس هكذا. وينبغي على قادة الكنائس تشجيع الطقوس التي لها فائدة والتي تتمشى مع الإيمان المسيحي. وعلاوة على هذه الأشياء، نذكر فيما يلي طرقاً أخرى لمساعدة الشخص الحزين وهي:

- زيارته، والصلاة من أجله.
- عندما يكون مستعداً، شجعه على أن يتحدث عما يشعر به، وأتح له الفرصة ليعبر عن غضبه وحزنه.
- واستمع إليه وهو يتحدث عن ألمه. عليك بالإنصات إليه بأكثر من الكلام معه. وسوف يتحقق الشفاء فيما ينصرف الألم ومثل هذا الشخص لا يمكنه أن يستوعب التعليم والعظات في ذات الوقت.
- ساعد مثل هذا الشخص بأشياء عملية. وإذا كان الأشخاص الحزانى قلقين من ناحية رعاية أنفسهم وعائلتهم، فلن تتوفر لهم طاقة للحزن كما ينبغي ومن ثم الشفاء. وقد يتمكن الإجهاد منهم بحيث لا يستطيعون القيام بالعمل الذي كانوا يعملونه قبلاً، ناهيك عن القيام بجميع الأشياء التي كان يعملها المتوفى. عليك أن تعفيهم من مسئولياتهم العادية حتى يستطيعوا أن يحزنوا، وعلى وجه الخصوص عند وقت الجنازة والدفن، توجد الكثير من الطرق العملية لمساعدة الشخص الحزين. والأرامل والأيتام – هم بصفة خاصة –

في حاجة إلى العون، وقد أوصانا الكتاب المقدس بالعناية بهم: "الديانة الطاهرة النقية عند الله الآب هي هذه افتقاد اليتامى والأرامل في ضيقتهم وحفظ الإنسان نفسه بلا دنس في العالم" (يعقوب ١: ٢٧).

- ساعده على معرفة أنه أمر طبيعي أن يحزن، وأنها عملية تستغرق بعض الوقت. وأنه لن يشعر دائماً بما يشعر به اليوم. ومن المهم ألاَّ يقدم على تغيرات كبيرة، مثل الزواج، على أساس ما يشعر به فيما يشعر به فيما يجتاز القريتين ١، ٢. وعندما يكون في القرية ٣، سيكون قادراً على اتّخاذ قرارات أفضل.

- في حالة عدم وجود جثة، رتب لعمل خدمة كنسية تذكاراً لحياة الشخص المتوفى، وللاعتراف بموته علانيةً. ويمكن أن تحل محل الشخص أو الجثة صورة للفقيد أو صليب. وإذا كانت العائلة مشتتة، فإن أولئك الذين شُردوا يمكنهم إقامة طقوس مماثلة.

- ليس بالأمر الغريب بالنسبة للشخص أن يواجه صعوبة في النوم في الأسابيع والشهور الأولى التي تعقب الوفاة. وإذا كان هناك من لا يستطيع النوم شجعه على القيام بأعمال مجهدة في الحقول. أما إذا كان يعيش في المدينة، شجعه على القيام بالسير لمسافة طويلة، أو الاشتراك في أنشطة رياضية، ذلك أن حالة الإجهاد التي ستلحق به ستساعده على النوم بشكل أفضل في الليل.

- إذا أنكروا وفاة حبيبهم، ساعدهم بأسلوب لطيف على أن يدركوا هذا وبطرق بسيطة. وعلى سبيل المثال ساعدهم على أن يتخلصوا من متعلقات حبيبهم الشخصية.
- حين يكونون مستعدين، يمكنك أن تقرأ لهم وعداً من المواعيد التي تتضمنها كلمة الله، شجعهم على أن يحفظوه عن ظهر قلب، وليكن على سبيل المثال مزمور ٣٤: ١٨؛ إشعياء ٦٣: ٩؛ أو يوحنا ١٤: ١.
- وأخيراً، هؤلاء في حاجة إلى أن يطرحوا ألمهم عند الله. وكلما كانوا أكثر وضوحاً بالنسبة لفجيعتهم، كان ذلك أفضل. وعلى سبيل المثال، ربما يكونون قد فقدوا عزيزاً لديهم، ولكنهم فقدوا أيضاً دخلاً، ورفقة، واحتراماً، أو أمناً. وعليهم أن يطرحوا هذه الخسائر أمام الرب، واحدة تلو الأخرى.

## تمرين ختامي

قسم المشتركين إلى مجموعات صغيرة. اعمل تمثيليات موجزة عن قس يزور شخصاً فقد للتو زوجته (أو زوجة فقدت زوجها). ويجب أن تبين التمثيلية أولاً طريقة الاستماع الخاطئة، وتبين في المشهد التالي الطريقة الصحيحة. قدم التمثيليات للمجموعة الكبيرة.

## الدرس الرابع

# كيف نساعد الأطفال الذين اختبروا أموراً سيئة

١. قصة كريم:

كان هناك طفل اسمه كريم ويبلغ من العمر ٧ سنوات يعيش في معسكر بوكادا للاجئين. وكان ابناً لقس، وكان له أربعة من الإخوة والأخوات. وحين بدأت هذه القصة، كان قد بدأ للتو الذهاب إلى المدرسة وكان يتمتع بالخروج مع أصحابه كل صباح. وقد قال المدرس لأبيه إنه ولد ذكي وقد بدأ بالفعل يتعلم القراءة. وفي فترة ما بعد الظهر كان كريم يلعب كرة القدم، ويجري هنا وهناك مع أصحابه، ويقوم ببعض الأعمال البسيطة لوالدته حتى يحين موعد تناول الطعام. كان ولداً سعيداً يتمتع بحياته.

لعدة أيام لاحظ كريم أن هناك دبابات تتحرك إلى داخل منطقته، كما لاحظ أن بعض الطائرات المقاتلة كانت تحوم بالقرب منها. كما كانت هناك انفجارات في أماكن قريبة، حيث أشعل الفتيان بعض النار في إطارات السيارات. كان من الممكن أن تشم رائحة المطاط المحترق وترى الدخان الأسود المتصاعد فوق المنطقة. لا أحد يتحدث عما يحدث، ولكنه يسمع أمه وأباه يتحدثان عن مخاوفهما من غزو محتمل لمعسكرهم من قبل أحد الجيوش العائدة.

وفجأة ذات ليلة، أيقظه أخوه الأكبر من النوم، واختبأت العائلة كلها في

حجرة صغيرة تحت السلالم. كان هو وعائلته يستعدون للهرب من منطقتهم والتي تحولت إلى فوضى عارمة. كان كريم قادراً على سماع صوت الطلقات النارية وصوت السيارات الموجودة في كل مكان، وكان يحدق مع أخوه من ثقب في الحائط حين شاهدا عائلة أخرى تحاول الهرب من المنطقة. بينما كانت العائلة تحاول الهرب سقط ابنهم الأصغر صريعاً على الأرض. عند تلك اللحظة جذبهما أبوهما من عند الحائط فلم يعرفا ماذا حدث لتلك العائلة.

في الصباح التالي كانت رائحة البارود لاتزال قوية في المكان وكان الفوسفور موجوداً في الهواء، ولكن الجو كان هادئاً إلى حد ما. سار والد كريم حول المنزل وتحدث مع بعض الرجال الذين كانوا يدورون في المنطقة بدورهم. كانوا يرون أن الجيش قد غادر بدباباته ولكن المباني في كل مكان كانت مهدمة بما في ذلك مدرسة كريم. لم يتحدث أحد معه عن الموقف الذي رأى فيه صديقه وهو يقتل، وهو يحاول أن ينسى. لا يزال لديه مجموعة من الأصدقاء، وهم يلعبون معاً، ويعملون حصوناً تشبه الحصون العسكرية من الحجارة.

بعد فترة بدأ أحد الرجال في تعليم الأطفال في الصباح. كان والد كريم يقود العائلة في صلاة كل صباح، وكانوا يقرأون الكتاب المقدس معاً. انفصل معسكر اللاجئين لعدة أيام عن العالم الخارجي، ولكن لم يكن أحد يعاني من الجوع، رغم أنهم كانوا يفتقدون بعض الأمور التي تعودوا عليها مثل الشاي والسكر. وفي كل مرة كان أحدهم يصاب بمرض ما كان المسيحيون يصلون بحرارة شديدة ليشفيه الله، لأنهم لم يكن لديهم

أية أدوية. وبدأ كريم يشعر بالخوف من أن يصاب بالمرض. كانت الكوابيس تطارده في نومه فكان ينهض صارخاً من الخوف.

قام بعض الناس الذين تهدمت بيوتهم بنصب بعض الخيام بمساعدة بعض الناس الذين كان يبدو أنهم يعملون مع الحكومة. كان والد كريم يعمل باجتهاد محاولا تصليح بيته المنهدم بإمكانيات قليلة، ولكن العائلة كانت تشكر الله كل يوم على أن لها مكاناً تنام فيه وعلى أن أحداً من العائلة لم يتعرض للقتل. بعد شهر بدأت مدرسة كريم في العمل مرة أخرى تحت خيمة كبيرة، ولكن كريم لم يكن يرغب حقاً في الذهاب. حين كان والده يرغمه على الذهاب كانت تحدث مشكلة بينه وبين مدرسه لأنه لا يتعلم على النحو الجيد الذي اعتاد عليه. كان يخاف مغادرة البيت، وكان يريد دائماً أن يكون بصحبة أحد أفراد العائلة. وكان يتملكه الفزع لدى سماعه أي صوت عال. أما في الليل، فكان يوقظ العائلة كلها نتيجة صراخه وبكائه. وكان في بعض الأحيان يبول على فراشه، على الرغم من أنه لم يسبق له إطلاقاً أن عمل ذلك قبل هذه النوبة. وكان يسير على غير هدى وقد بدا عليه الحزن، وفي غالبية الأحوال كان ينخرط في البكاء. لقد تعود على أن يلعب مع أصحابه، لكنه نادراً ما يرغب في ذلك الآن، وحين كان يلعب فعلاً مع آخرين، كان يرغب في القيام بلعبة الحرب ويتظاهر بأنه يطلق الرصاص على الآخرين، وفي كثير من الأحيان كان ينتهي به الأمر إلى الشجار مع أصحابه. وكان في كل ليلة يجمع أشياء معاً تحسباً لاحتمال فرارهم مرة ثانية، على الرغم من أن إخوانه كانوا يضحكون عندما يرونه يعمل ذلك.

أما والدا سامي ومدرسوه في المدرسة فلم يتمكنوا من معرفة سبب سلوكه على هذا النحو. وحين كان يبلل نفسه، أو يتشاجر مع أصدقائه،

كانت أمه تضربه. وكان هذا يدفعه لزيادة صراخه، ولكنه لم يكن يغيّر من سلوكه، ولم يكن والداه يعرفان ما الذي يعملانه حيال ذلك.

**أسئلة للمناقشة:**

- كيف كان سلوك كريم قبل الهجوم؟ وأثناءه وبعده؟
- ما السبب في تغيّر سلوكه بعد الهجوم؟
- كيف يتصرف الكبار بالنسبة لأطفال مثل كريم؟ وهل تعتقد أن هذا التصرف مفيد؟

## ٢. كيف يتصرف الأطفال الذين اختبروا أموراً سيئة؟

حينما يختبر الأطفال أموراً سيئة فإنهم يتأثرون بها من نواحٍ كثيرة.

### أ. تتأثر عواطفهم:

- قد يصبحون خائفين. والأطفال الصغار قد يتعلقون بوالديهم. وقد يتملكهم خوف من الغرباء أو من الظلام. ذلك أنهم يخافون من أن شيئاً سيئاً سيحدث ثانيةً. وقد يخشون الذهاب إلى المدرسة.
- قد يتملكهم الغضب ويصبحون عدوانيين، والأطفال الصغار قد يتشاجرون مع زملائهم في اللعب بأكثر مما كانوا يفعلون في السابق. أما الأطفال الأكبر سناً فقد يتمردون على والديهم ومعلميهم بأكثر مما كان عليه الأمر سابقاً.
- وقد يتملكهم الحزن. وعلى الرغم من أن الطفل قد يكون حزيناً

جداً بعد حالة وفاة، إلاَّ أنه أمر طبيعي بالنسبة له أن يظل حزيناً لفترة قصيرة، ثم يلعب لفترة وجيزة.

- قد يفقدون اهتمامهم بالحياة. ذلك أن الألم الذي في قلوبهم يشغل فكرهم. ويضعف قدرتهم على الحياة.
- والأطفال الأكبر سناً قد يشعرون بالذنب لنجاتهم وعدم نجاة الآخرين. بل وحتى الكبار قد ينتابهم هذا الشعور.

**ب. تتأثر أجسامهم:**

- قد يتأثر كلامهم. وقد يبدأون في الفأفأة، أو قد ينتابهم الخرس.
- قد يفقدون شهيتهم للطعام بسبب قلقهم، أو قد يأكلون بشراهة في محاولة منهم لقتل الألم.
- قد يشكون من نوبات الصداع، وآلام في المعدة، أو أية أوجاع أخرى في أجسامهم.

**ج. يتأثر سلوكهم:**

- قد يرتدون للسلوك بنفس الطريقة التي كانوا يسلكونها في صغرهم. وعلى سبيل المثال، الأطفال يمكنهم أن يبللوا فراشهم (من التبول) أو يعودوا لمصّ إبهامهم.
- قد تهاجمهم الكوابيس والأحلام المزعجة، وبعض الأطفال الصغار قد يصرخون أثناء نومهم دون أن يستيقظوا، ولكن هذا يتوقف عندما يكبرون.
- قد يلعبون لعبة الحرب طوال الوقت.
- قد يتشاجرون كثيراً، ويكونون سريعي الغضب والانفعال.

- قد يبكون ويصرخون بكثرة.
- قد تنتابهم نوبة غضب كبيرة وبصفة خاصة إذا ما فقدوا أشياء تهمهم مثل ثياب، أو لعبة، أو كتاب.
- قد تسوء نتائجهم في المدرسة لعدم استطاعتهم التركيز.
- الأطفال الأكبر سناً قد يلجأون لشرب الخمر أو تعاطي المخدرات للتخلص من الألم.
- الأطفال الأكبر سناً قد يخاطرون: مثل قيادة الدراجات البخارية بسرعة كبيرة، أو الذهاب لصيد الحيوانات الفترسة لوحدهم، أو أن يلتحق بالجيش. وهذه الأمور تجعلهم يشعرون بالشجاعة عند مواجهة الخطر.

**أسئلة للمناقشة:**

هل تعرف أي أطفال ممن اختبروا أشـياء قاسـية؟ كيـف كـان تصرفهم إزاءها؟

## ٣. كيف نساعد الأطفال الذين هم مثل كريم؟

### أ. يجب على الوالدين أن يجمعا شمل العائلة ويدعما الأسلوب الذي يجب اتّباعه:

وإنه لأمر هام أن يُجمع شمل العائلات بسرعة بعد كل حدث سيئ، إذا كان ذلك ممكناً.

وكلما زادت إمكانية التنبؤ بالأنشطة اليومية، كان ذلك أفضل

بالنسبة للأطفال. ويجب أن يعرف كريم كل يوم ما هو محتمل أن يحدث. ويجب تشجيعه على الذهاب إلى المدرسة، ومساعدة والدته، واللعب مع أصحابه. وكان والد كريم حكيماً بالفعل أثناء وجودهم في المعسكر، لمساعدة الجماعة على وضع نظام لاتّباعه مثل: الصلاة في الصباح، خدمة العبادة كل يوم أحد، الأوقات المخصصة "للمدرسة"، الوقت المخصص للعب، ... إلخ. ويجب أن يُخصص جزء من الأنشطة لقضاء وقت للترفية معاً. وقد يتضمن هذا لعب مباريات أو – إذا كان الصوت عالياً يشكل خطراً – يمكن استبدال ذلك برواية الحكايات الشعبية. ومن المهم إكمال الأنشطة التي بُدِيءَ عملها، لأن ذلك يولّد في الأطفال إحساساً بأنهم قادرون على إنجاز بعض الأشياء. وهذا يعيد لهم الشعور بالأمن. كما يساعدهم على الشعور بأن المستقبل ليس خارجاً عن السيطرة.

وإذا كان هناك توتر بين الأب والأم، سيشعر الأطفال به. وينبغي على الوالدين أن يحلا أية مشاكل قد تكون موجودة بينهما، وهذا لصالحهم، ولصالح أطفالهم.

**ب. يتوجب على الوالدين الاستماع إلى آلام أطفالهم:**

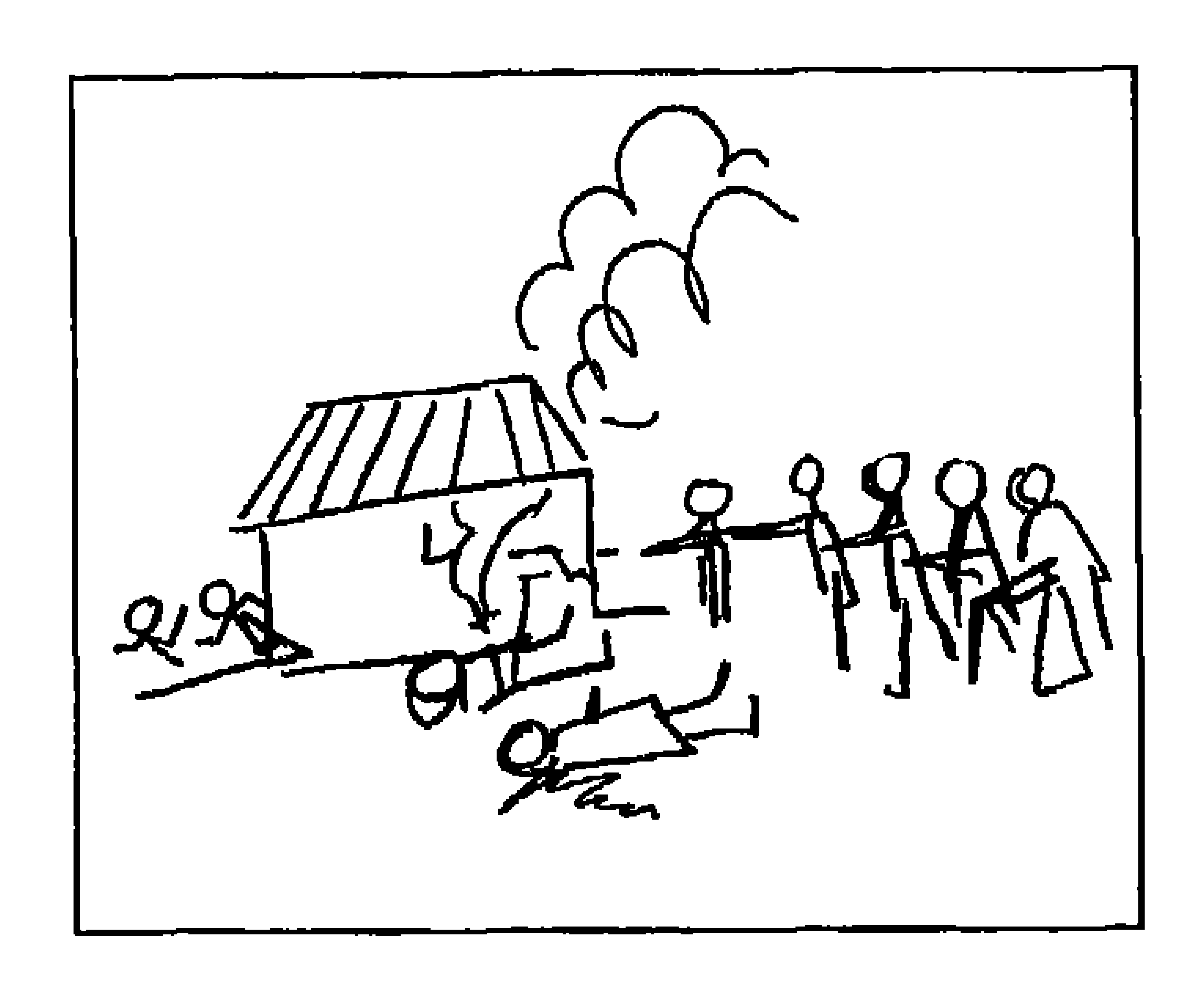
يعرف الأطفال عن الأمور المحيطة بأكثر مما يدركه الكبار. ويميل الأطفال إلى سد الثغرات الناقصة في المعلومات التي لديهم بأية طريقة تكون معقولة في نظرهم. وإذا لم تُتح لهم فرصة للحديث عما يريدون الحديث عنه من الأمور، فقد تخطر على أذهانهم أفكار غريبة وخاطئة جداً. وحتى لو لم يكن الوالدان قد تعودا على

الحديث مع أطفالهما فإنه من المهم للغاية أن يقوما بذلك عند حدوث أشياء سيئة، وبعد ذلك أيضاً وليس هذا الوقت المناسب لأن تقول لهم: "اذهبوا والعبوا بعيداً عني". ويجب على العائلات أن يتحدثوا معاً عن الأمور السيئة التي تحدث لهم. ويجب أن تُتاح لكل طفل الفرصة للتعبير عما يشعر به عندما يأتي الجنود أو تقع أحداثاً سيئة. ومن المحتمل للغاية أن البعض من الأطفال الآخرين لا يظهرون أن لديهم مشاكل، إلاّ أن الحقيقة هي على العكس من ذلك، ويجب أن تُتاح لهم الفرصة أن يشاركوا بالحديث عنها ومن صالح الوالدين أيضاً أن يتكلما مع كل طفل على حدة.

والأطفال الأصغر سناً كثيراً ما يكونون قادرين على التعبير عن الأمور من خلال اللعب بشكل أفضل من التعبير عنها بواسطة الكلام. وحين يقوم الأطفال بلعب لعبة الحرب، فإن ذلك يساعدهم على التخلص من الألم الذي يعانونه. وينبغي على الوالدين أن يسألوا الأطفال عن اللعبة التي يلعبونها وشعورهم من نحوها. وبعد ذلك يمكن الانتقال من الحديث عن لعبة الحرب، للحديث عن الاختبار الحقيقي الذي يعاني منه الطفل.

ويُعد الرسم من الطرق الأخرى التي تساعد الأطفال على الحديث عن آلامهم. ويمكن للوالدين أن يقدما لهم الورق والأقلام، وإذا لم يكن لديهم ورق، ليتركوا الأطفال يرسمون على الرمال. وإذا كان الأطفال لا يعرفون ماذا يرسمون، يمكن أن يُطلب منهم أن يرسموا رجلاً، ثم عائلتهم، ثم المكان الذي كانوا يعيشون فيه عادةً. واطلب

منهم أن يشرحوا لكما ما رسموه، وتذكر أن الهدف من ذلك هو مساعدتهم على أن يتكلموا عن آلامهم، وليس تعليمهم الرسم.



رسم لطفل عما اعتبره عن الحرب

وإذا كان الأطفال يحلمون أحلاماً مزعجة، اشرحا لهم أن الناس كثيراً ما يحلمون بأمور سيئة قد وقعت لهم. وعليكما تشجيعهم للحديث عن أحلامهم. وعليكما سؤالهم ما إذا كانوا يعتقدون أن لهذه الأحلام علاقة بشيء حدث لهم.

### ❖ مناقشة للمجموعة الصغيرة:

- هل جرى العرف أن يتحدث الوالدان مع أطفالهما؟
- إذا كان لا يفعلان ذلك، فما هي المعتقدات التي دفعتهما إلى ذلك؟
- إلى أي مدى تتشابه هذه المعتقدات مع تعاليم الكتاب المقدس؟
- كيف يمكن إيجاد وسيلة تتيح للأطفال الحديث عن تجاربهم الأليمة؟

**ج. ينبغي على الوالدين أن يخبروا أطفالهم عن حقيقة الوضع الذي يواجهونه:**

يحتاج الأطفال إلى فهم حقيقة ما حدث، وأن يكون ذلك بطريقة تتناسب مع سنّهم. ويجب أن يقال لهم ما إذا كان لا يزال هناك خطراً، وما إذا كان أحد قد توفي. فمعرفة الخطر الحقيقي أفضل من تخيل كافة أنواع الأخطار التي ليست حقيقية. وفي الوقت ذاته، لا يجب على الوالدين أن يبالغوا في تضخيم الأخطار، أو الحديث عن كافة الأمور السيئة التي من المحتمل أن تحدث.

ويتوجب على الوالدين أن يضعا خطة عما سيفعلانه إذا حدث شيء سيء آخر، ومناقشة هذه الخطة صراحةً مع العائلة.

**د. الأمر يتطلب من الوالدين القيام بواجبات العبادة اليومية على مستوى العائلة:**

أفضل وقت لأن يتحدث فيه أفراد العائلة معاً هو في آخر النهار. وكل شخص، كبيراً كان أم صغيراً، عليه أن يتحدث عما شاهده أو أحَسَّ به ذلك اليوم. ثم أن الأطفال الصغار يحتاجون هم أيضاً إلى فرصة لكي يتحدثوا ويقدموا طلباتهم التي تتضمنها صلواتهم، وبعد ذلك ينبغي على أفراد العائلة أن يشتركوا معاً في الصلوات والترانيم، وبوسعهم – من خلال الصلاة – التكلم مع الله. والأمور السيئة من عادتها أن تعزز من تقارب أفراد العائلة إذا ما تمت مواجهتها على نحو سليم.

وفي كثير من الأحيان لا يفهم الصغار معنى الموت، وهم يتوقعون أن يعود المتوفى ثانيةً. وهم يطرحون أسئلة مثل: "لماذا سمح الله بحدوث هذا؟" وهل سيدع ذلك يحدث لي؟ وما هو الخطأ الذي اقترفته؟ وما الذي يحدث للجسد بعد دفنه؟ وبعض أسئلة الأطفال قد يكون من الصعب الإجابة عليها بشكل تام، غير أنه ينبغي على الوالدين أن يجيبوا عليها بأفضل ما في استطاعتهم وبطرق تشجع الطفل على الثقة في الله.

وكل فرد في العائلة محتاج إلى مساعدته لكي يعرف أن الله موجود، وأنه يهتم به (أو بها). وعلى كل فرد أن يختار آية ليحفظها عن ظهر قلب، وعلى سبيل المثال:

- الله جعل من نفسه حارساً ليحافظ علينا وهو لا يغفل ولا ينام: مزمور ١٢١: ٤.
- الله يستطيع أن يبعد عنا كل مخاوفنا: بطرس الأولى ٥: ٧
- الله مثل راعٍ يعتني بالخراف عناية كبيرة: مزمور ٢٣
- الله يوجد دائماً كملجأ لنا: مزمور ٤٦: ١
- الله يريدنا أن نثق فيه: أمثال ٣: ٥

**هـ. للمراهقين احتياجات خاصة:**

المراهقون الذين تتراوح أعمارهم بين الثانية عشر والعشرين يمرون بفترة صعبة حتى عندما لا تكون هناك حروب أو أشياء أليمة أخرى. وبعض المشاكل التي قد تنشب بعد موقف عصيب قد يكون مرجعها ببساطة سن الطفل. ولا يتوجب علينا نسيان هذا.

والمراهقون في حاجة إلى مكان خاص بهم. وهذا ينطبق بصفة خاصة على الفتيات المراهقات. وحين تُشرد العائلة بسبب الحرب، يكون تفهم احتياج الفتاة المراهقة إلى الخصوصية أمراً مفيداً، حتى وإن لم يكن في استطاعة والديها تدبير هذه الخصوصية لها.

كما أن المراهقين في حاجة أيضاً لمناقشة بعض الأمور مع من هم من نفس سنّهم، ويجب تشجيعهم من ناحية هذا الأمر. وأحياناً تنهمك الفتيات المراهقات في أعمال البيت إلى درجة لا يجدن معها فرصة لتبادل الحديث مع صديقاتهن. وبعد حدث نتج عنه الألم، فإنهن تكنَّ في حاجة إلى هذه الفرصة لتتحدثن حتى بأكثر مما هو مألوف.

و. **يتوجب على الآباء مساعدة المدرسين ومديري المدرسة على فهم كل ما يحدث:**

والآباء والقادة الآخرون يجب أن يرتبوا وقتاً للقاء مع مدير المدرسة والمدرسين لمناقشة ما حدث. وهم في حاجة إلى أن يعرفوا كيف أن المشكلة كان لها تأثير على الأطفال وعلى أدائهم في المدرسة. وإذا تفهم المدرسون الموقف، سيكونون أكثر صبراً مع التلاميذ، ويصبحون جزءاً من عملية الشفاء.

ز. **حالات خطيرة:**

وإذا تبين بعد مرور سنة أن هناك طفلاً لا يزال يظهر مشاكل خطيرة، فإن الأمر سيتطلب أن يقوم شخص ناضج وحكيم بقضاء وقت كثير مع ذلك الطفل. والله يستطيع أن يشفي الطفل، لكن

الأمر سيستغرق وقتاً. فقد يحتاج هذا الطفل (أو الطفلة) إلى مساعدة متخصصة.

## ٤ . أطفال جنود:

كثيرون من الأطفال في العالم الآن، يصبحون جنوداً. فقد يُختطفون ويُجبرون على القيام بذلك، أو قد يرغبون هم أنفسهم في الالتحاق بالجيش لأسباب عديدة. وعلى سبيل المثال، قد يجبرهم الفقر والجوع على هذا، وربما يكونون قد فقدوا عائلاتهم نتيجة تعرضهم للقتل، وليس لديهم أي مكان آخر يذهبون إليه، وقد يدفعهم إلى ذلك غضبهم من العدو، أو قد يرغبون في أن يظهروا بمظهر الشجاعة أمام أصدقائهم. وأي طفل (بمعنى أي شخص أقل من ١٨سنة) يخوض القتال، ويقتل ويرى آخرين يُقتلون سوف يعاني من صدمة، ولن ينمو على نحو سليم كشخص بالغ دون مساعدة كثيرة.

والأطفال الذين كانوا جنوداً سيجدون صعوبة شديدة في العودة إلى الحياة الطبيعية، ذلك لأنهم رأوا في كثير من الأحيان أعمالاً سيئة وقد تعلموا استخدام العنف كوسيلة لحل مشاكل الحياة، وربما كانوا قد أُرغموا على ارتكاب أعمال فظيعة ضد مجتمعاتهم أو إلى عائلاتهم، ولكن هذا قد يكون صعباً للغاية بسبب ما سبق أن عملوه. وقد يكون الناس خائفين منهم، أو ربما يكرهونهم.

وسوف يكونون في حاجة إلى مساعدة خاصة قبل أن يكونوا على استعداد للعودة إلى بيوتهم والذهاب إلى المدرسة، وقد يتطلب الأمر

بقاءهم في مثل هذا البيت لبضعة أسابيع. وعلى غرار كافة الناس أن يحكوا حكايات ويتم الاستماع إليهم. كما سيكون من المفيد أيضاً قيامهم برسم صور لما عملوه ورأوه، أو عمل تمثيليات تتضمن هذه الأمور. وقبل أن يتمكنوا من العودة إلى الحياة العادية، سيحتاجون إلى أن يعرفوا أن الناس يهتمون بهم ويحبونهم. كما أنهم سيكونون أيضاً في حاجة إلى التوبة عن الشر الذي عملوه، وأن يعرفوا مغفرة الله.

والكنيسة في حاجة إلى مساعدة المجتمع على التعرف على الألم، والخسارة، والصدمة وغير ذلك من أمور لحقت بالجنود الأطفال. وكل من المجتمع، وكذلك الجنود الأطفال، في حاجة إلى أن يطرحوا ألمهم أمام الله ليشفيهم. وهم في حاجه إلى الاعتراف بخطاياهم، وأن يساعد بعضهم بعضاً، ويتصالحوا، ثم إن عائلات الأطفال الجنود قد تكون في حاجة إلى عون وتشجيع الآخرين، أثناء عودة أطفالهم للاندماج ثانيةً في الحياة العادية، وسوف يبدو لهم الطفل كشخص قد تغيّر، وسيتطلب الأمر فترة ما لاستعادة العلاقات.

ومن واجب الكنيسة أيضاً أن تنبه المجتمع إلى الشرور الناجمة عن خدمة الأطفال كجنود.

# تمرين ختامي للمجموعة الصغيرة

- اقرأ ما جاء في تثنية ٦: ٤-٩؛ مع متى ١٨: ١-٦
- ناقش كيف تعلمنا هذه الفقرة كيفية التعامل مع أطفالنا.
- بعد ذلك عليكم القيام بالصلاة معاً من أجل أطفال معينين تعرف أنهم في حاجة إلى صلواتكم.

# الدرس الخامس

# كيف يمكننا مساعدة نساء تعرضن للاغتصاب؟

## ١. قصة "أما":

وقعت محافظة ديرالا السنة الماضية تحت الحصار من قبل إحدى المجموعات المسلحة التي تقاتل ضد الجيش من أجل السيطرة على المنطقة. حين كانوا يأتون إلى المنطقة في العادة كانوا يقتلون بعض الناس ويغتصبون النساء ليستعرضوا قوتهم على السكان. حين وصلوا لمدينة الروبا، هرب بعض الناس إلى المدن المجاورة، وحاول البعض حماية أنفسهم بحرص شديد والبقاء في البيوت في أثناء حظر التجول. بقيت عائلة "أما" في المدينة. ولأن زوجها جورج لم يكن في المدينة فقد استغرق الأمر منها جهداً كبيراً كبيراً لتتمكن من أخذ حماتها العجوز المريضة خارج فراش مرضها لتسافر معها إلى بعض الأقارب الذين يعيشون في منطقة أكثر أماناً.

حين خرجتا من البيت جاءت المجموعة المسلحة، وجذب ثلاثة جنود "أما" وتعاقبوا على اغتصابها. حاولت "أما" أن تقاومهم بشراسة حتى انكسر ذراعها في أثناء الصراع، ولكنهم كانوا أكثر منها قوة. بعد فترة نادى أحدهم الرجال للمساعدة في نهب بعض ممتلكات العائلات التي تسكن في المنطقة فتمكنت "أما" من الهرب لبيت أحد الأصدقاء على بعد

عدة عمارات. عثرت بسرعة على حماتها وأتت بها أيضاً إلى بيت هذا الصديق. كانت "أما" في حالة صدمة شديدة بسبب الاغتصاب وبسبب ذراعها المكسور. ذهبت "أما" إلى العيادة لعلاج ذراعها المكسور، ولكنها لم تجرؤ على إخبارهم أو إخبار أي شخص من عائلتها عن الاغتصاب خوفاً من التحرش أو خوفاً من أن يفكر أحدهم في قتلها للحفاظ على شرف العائلة أو المجتمع.

عاد جورج إلى البيت بعد أسبوعين وأخبرته والدته بما حدث. كان يعلم بعقله أن الاغتصاب لم يكن خطأ من جانب "أما"، ولكن بسبب ما حدث لم يعد راغباً في ممارسة الجنس معها بعد هذا. شعرت "أما" بالحزن والاستياء الشديد لدرجة أنها فكرت في الانتحار. بعد فترة اكتشفت أنها حامل. لم تخبر أحداً بشأن الحمل وعملت خططاً للهرب إلى مدينة على بعد عدة كيلومترات حيث كانت تعتقد أن صديقتها المسيحية "أما" الموجودة هناك يمكنها أن تساعدها. وصلت إلى بيت "آنا" في نصف الليل وأعطتها "آنا" غرفة صغيرة لتنام فيها. كانت "آنا" متفهمة جداً وأصغت لأما بينما كانت تقص عليها كل ما حدث. بينما كانت تحكي لها ما حدث انهارت "أما" باكية وظلت تبكي لفترة طويلة. صلت "آنا" وأما معاً وبعد هذا شعرت الأخيرة وكأن جزءاً من الثقل والحزن قد انزاح عنها وشعرت ببعض الانطلاق.

تناقشت "أما" مع "آنا" في الخيارات القليلة المتاحة أمامها في هذا الموقف. بالطبع كان من الممكن أن تحتفظ بالجنين وتعيش في هذه المدينة منعزلة عن أصدقائها وعائلتها أو كان يمكنها أن تترك الطفل في إحدى المستشفيات المحلية. شعرت بحزن شديد وبوحدة قاسية ولكنها

كانت ممتنة لوجود صديقتها إلى جوارها. ذكرت "آنا" "أما" بالوقت الذي اكتشفت فيه مريم أم يسوع أنها حامل (بدون زواج) وبأنها هي أيضاً تركت المجتمع الذي كانت تعيش فيه وذهبت بعيداً إلى بيت أليصابات التي كانت تثق فيها. قالت "آنا" لأما أنها تشعر بأن الله يهتم بها ويحرسها ويحبها وبأن طفلها سيكون مباركاً.

**أسئلة للمناقشة:**

- لماذا لم تخبر "أما" أي أحد بما حدث لها؟
- كيف وجدت الشفاء؟

## قصة ثامار (صموئيل الثاني ١٣):

كان أمنون ابن الملك داود البكر. وكان وسيماً، وأول وريث للعرش. وقد وقع في حب شديد لأخته الجميلة غير الشقيقة ثامار. وقد أحبها حباً عظيماً إلى درجة أن المرض أصابه نتيجة ذلك، ولكنه لم يستطع أن يتزوجها. وقد رأى ابن عمه يوناداب مدى حزنه فسأله: "ما هي المشكلة؟" لماذا يظهر ابن الملك حزيناً مغتماً بشكل دائم؟ قال له أمنون: "إني غارق في حب ثامار".

فكر يوناداب في خطة لحل مشكلة أمنون. فقال له: "ارجع إلى فراشك وتظاهر بأنك مريض. وحين يأتي والدك لزيارتك اطلب منه أن يسمح لثامار بالمجيء لتعد لك طعاماً. وقل له إنك ستتحسن إذا قامت هي بإطعامك".

وفعل أمنون هذا بكل دقة، ووافق الملك على أن يرسل ثامار لتعتني بأمنون. فجاءت إلى غرفته وأعدت له الطعام هناك. ثم قال لثامار: "والآن، أحضري

الطعام إلى غرفة نومي واطعميني هناك". وقد فعلت هذا، ولكن، فيما كانت تطعمه، فإذا به يمسك بها ويقول لها هيًّا معي إلى الفراش يا أختي العزيزة". فصرخت قائلة: "كلا، يأخي، لا تكن أحمق. ولا تفعل هذا بي. وأنت تعلم كيف أن هذا العمل يشكل جريمة في إسرائيل، وإلى أين أستطيع الذهاب إذا ما لحق بي هذا العار؟ أرجوك، حدِّث الملك فحسب عن هذا الأمر، وسوف يسمح لك بأن تتزوجني". ولكن أمنون لم يستمع لرجائها، وبالنظر إلى أنه كان أقوى منها، فقد اغتصبها. وعندئذ، إذا بحبه يتحول فجأة إلى كراهية بالغة لها. فصرخ في وجهها: "اخرجي من هنا". توسلت إليه ثامار قائلة: "كلا، كلا. إن رفضك لي الآن هو أبشع من الأذى الذي أذيتني به فعلاً." لكن أمنون لم يعرِ التماساتها إنتباهاً. ثم نادى على خادمه وقال له: "اطرد هذه المرأة من هنا وأغلق الباب وراءها. وهكذا قام الخادم بطردها.

كانت ترتدي ثوباً جميلاً طويلاً كعادة العذارى بنات الملك في تلك الأيام. أما الآن، فقد مزّقت ثوبها ووضعت الرماد على رأسها لتبين مدى حزنها. وبعد ذلك، خرجت وهي غارقة في البكاء حيث وضعت يدها على رأسها. وحين سمع أخوها أبشالوم عما حدث، حاول أن يهدئ من روعها، فقال لها: "بالنظر إلى أنه أخوكِ لا تخبري أحداً بما حدث. حاولي فحسب أن تنسي هذا الأمر". غير أنه في قلبه كره أمنون بشدة بسبب ما عمله وقرر أن يقتله. ولم يعد يتحدث معه إطلاقاً. وعاشت ثامار في بيت أبشالوم بقية حياتها، ولكنها عاشت في بيت أبشالوم في عزلة وحزن.

وحين سمع داود الملك بما حدث انتابه غضب شديد، ولكنه لم يفعل شيئاً لمعاقبة أمنون، لأنه كان ابنه المفضل وبعد ذلك بسنتين وضع أبشالوم خطة لخداع أمنون ثم قتله. وعندما مات أمنون انتاب داود حزن شديد جداً عليه.

واضطر أبشالوم للهرب حفاظاً على حياته واختبأ في بلدة أخرى. وأقام هناك لمدة ثلاث سنوات قبل أن يدعوه أبوه للرجوع إلى أورشليم. غير أنه حتى ذلك الحين، رفض أبوه رؤيته، فأصبح أبشالوم يحقد على أبيه، وأخيراً حاول أن يخلعه عن العرش ويحل محله. وقد توفي في أثناء هذه المحاولة، وقد تسبب ذلك في زيادة كآبة الملك داود.

**أسئلة للمناقشة:**

- ماذا فعل أمنون لثامار؟
- ماذا كان تأثير ذلك على أمنون؟ وعلى ثامار؟ وعلى عائلتها؟

## ٢. ماهو الاغتصاب؟

الاغتصاب هو أن يفرض شخص نفسه بالقوة على الآخر دون موافقته. وفي غالبية الأحوال يكون الاغتصاب من قبل رجل يفرض نفسه على امرأة أو فتاة، ولكن هذا يمكن أن يحدث أيضاً لولد، أو رجل. والاغتصاب يُعد مشكلة حتى في أوقات السلم. إلاَّ أنه في وقت الحرب، يكون الاغتصاب أكثر شيوعاً. وكما كان الأمر في قصة ثامار، يمكن أن يتأتى الاغتصاب نتيجة شهوة جنسية، أو شهوة غشيان المحارم. وكما في قصة "أما" قد يكون من أعمال العنف، ويمكن أن يرتكب الاغتصاب أحد أفراد العائلة، أو صديق موثوق فيه أو شخص غريب تماماً.

## ٣. تفهم النتائج الناجمة عن الاغتصاب:

الاغتصاب من أشد الاختبارات التي تتعرض لها امرأة من ناحية القسوة.

وهو يخلف وراءه جروحاً عميقة في قلب تلك التي اغتُصبَت تستمر لوقت طويل. وبالنظر إلى أن النساء تشعرن بالعار نتيجة الاغتصاب، فإن الجراح التي يخلفها تظل دائماً في الكتمان. وما من أحد آخر يعرف ما حدث. ولمجرد أن المرأة لا تتحدث عن تعرضها للاغتصاب، فإن هذا لا يعني أنه لم يحدث لها.

### أ. ما هو تأثير الاغتصاب على المرأة؟

- تشعر بالخزي والعار. وتشعر بأنها مغطاة بقذارة لا يمكنها التخلص منها.
- قد تشعر بأنها دُمرت، وأنه لم تصبح لها بعد أية قيمة. وإذا لم تكن متزوجة. فقد تشعر بأنه ما من أحد سيرغب على الإطلاق في الزواج منها. وقد يتملك منها الغضب إلى درجة أنها تفكر في أن تقتل نفسها.
- وقد تنتابها عقدة الحقد على جميع الرجال. وقد تغضب من الله لأنه سمح بحدوث هذا. وتنفس عن غضبها هذا بأن تصبه على أي شخص يكون معها.
- قد تشعر بالذنب، وتعتقد أن الله يعاقبها. وقد تتساءل: "ما الخطأ الذي ارتكبته حتى تسمح بحدوث ذلك لي؟ وآخرون قد يعززون هذا الشعور باتهامها بأنها مسئولة عن هذا الاغتصاب.
- قد تخاف من إخبار أي شخص عن هذا الأمر، لأنهم لو عرفوا قد يتهمونها بالكذب أو يلقون عليها تبعة ما حدث. وقد يرفضها زوجها، أو من يريدون أن يخطبوها، وقد يحتقرها المجتمع.

- قد لا تستطيع بعد أن تتمتع بالعلاقة الجنسية، وقد يتملكها برود جنسي (نتيجة خوفها من الجنس). أو أن تبدأ في ممارسة الجنس مع الكثير من الرجال لأنه يساورها إحساس بأنها دُمرت وأنه لا قيمة لها.
- ربما يكون قد أصاب أعضاءها الجنسية ضرر، أو أصاب الضرر أعضاء داخلية أخرى. وفيما تحارب المرأة ضد المغتصب، فقد تكسر عظاماً أو تلحق بها أي إصابات أخرى. ومن الممكن أن تصاب بفيروس مرض الإيدز، أو بأمراض جنسية معدية أخرى، أو قد تصبح حاملاً. وقد ترغب في إجهاض نفسها. وهذه الأشياء قد تؤدي بها إلى العقم.
- قد لا تستطيع أن تثق في الله من ناحية حمايته لها في المستقبل.
- وقد تعتقد أن الشياطين قد تلبسها.

**ب. كيف يؤثر الاغتصاب على زواج المرأة وعائلتها؟**

إذا كان المغتصب جندياً أو شخصاً غريباً، قد تتعاطف الأسرة والمجتمع مع المرأة. وإذا شاهدوا عملية الاغتصاب، سوف يشعرون أن كرامتهم قد أُهينت مثل المرأة تماماً.

وإذا لم تُخبر المرأة عائلتها، فلن يتمكنوا من معرفة سبب حزنها وغضبها، ولن يفهم زوجها السبب في أن المعاشرة الجنسية أصبحت على هذا القدر من الصعوبة بالنسبة لها الآن.

وإذا أخبرت عائلتها عن هذا الأمر، وأن الذي اغتصبها هو شخص يعرفونه، فقد لا يرغبون في الاعتراف بأن الأب/ العم/

الأخ/ القس، قد ارتكب هذا الفعل الشنيع. وقد يخافون من اتّهام المغتصب، ولا سيما إذا كان عضواً محترماً في العائلة أو المجتمع. ومن أجل الحفاظ على السلام، قد ينكرون حدوث هذا الأمر، ويقولون للفتاة إنها تكذب، وأما، إذا ما صدّقوا أن هذا حدث فعلاً، فقد يلقون بالتبعية على الفتاة بحجة أنها كانت تغازل المغتصب، وقد يخططون الكيفية التي ينتقمون بها من المغتصب. وعلى أية حال، سيولد الاغتصاب مشاكل خطيرة بالنسبة لزواج المرأة وعائلتها.

وزوج المرأة يتأثر بصفة خاصة بهذا الاغتصاب فقد يشعر بأن زوجته قد تلوثت الآن، وقد لا يرغب في أن يكون معها. وعندما يحدث ذلك، فإن هذا يضاعف من شعورها بالعار والعزلة.

### ج. كيف يؤثر الاغتصاب في المغتَصِب؟

الجنود الذين يغتصبون النساء يبدو عليهم في كثير من الأحيان أنهم فخورون بما فعلوا، غير أن العنف الذي يرتكبونه ضد الآخرين يقتل أيضاً شيئاً ما في داخلهم.

وإذا كان الرجل مسيحياً، فقد يشعر بالذنب والخجل، بل أنه سيكون أكثر خوفاً من المرأة من ناحية إخبار الآخرين عما فعله. ويصبح رجلاً مليئاً بالصراعات الداخلية. وقد يكون خجله عظيماً إلى درجة قد يقتل معها نفسه.

**أسئلة للمناقشة:**

هل تعرف أية امرأة تعرضت للاغتصاب؟ كيف كان تأثير هذا عليها بحسب رأيك؟ أم هل تعرف أي شخص يكون قد اغتصب إمرأة؟ كيف كان تأثير ذلك عليه؟

## ٤. كيف نساعد امرأة تعرضت للاغتصاب؟

### أ. تحتاج إلى رعاية طبية:

ضحية الاغتصاب تحتاج إلى رعاية طبية عاجلة، إذا كان ذلك متاحاً. وهناك أدوية يمكن إعطاؤها بعد الاغتصاب مباشرةً، من شأنها أن تقلل احتمال إصابة المرأة بالإيدز. ويجب أن يفحصها أحد الأطباء بالنسبة لأمراض معدية أو إصابات أخرى.

### ب. تحتاج إلى شخص تثق فيه لكي تتحدث معه:

بالنظر إلى أن الاغتصاب يدفع المرأة إلى الشعور بخزي عميق، فإنها لن تشارك ألمها إلاّ مع شخص تثق في أنه سيُبقي الأمر سراً. وبالنظر إلى أن ضحايا الاغتصاب يشعرن بالفعل بحالتهن الردية، فإنهن لن ترغبن في البوح بآلامهن لأناس يوبخونهن أو يؤنبونهن أكثر فأكثر بسبب ما حدث. وفي كثير من الأحيان تعرف المرأة الشخص الذي بمقدورها أن تثق فيه، ويجب السماح لها بأن تختار من تتحدث معه. وقد يقع اختيارها على القس، أو على زوجته، أو امرأة عاقلة من

الكنيسة، أو امرأة أخرى سبق أن تعرضت للاغتصاب. ويمكن للقساوسة أن يتعرفوا على أُناس في الكنيسة بوسعهم القيام بذلك، ويقدموا لهم برنامجاً تدريبياً لتحسين مهاراتهم في هذ الناحية.

وحين تتحدث امرأة إلى شخص ما عن اغتصابها، يكون الأمر بصفة شخصية خالصة، ويمكن أن تنشأ رابطة بينهما. ولهذا، فأنه يكون من الأفضل أن تتحدث امرأة مع المرأة التي أُغتصبت. وإذا تحدث معها رجل يكون من المستحسن أن يتم ذلك في حضور امرأة أُخرى. وهذه يمكن أن تكون زوجة هذا الرجل، أو امرأة رزينة من الكنيسة. وإذا تعذر حضور امرأة أخرى، فإن زوجته وشخص آخر من شعب الكنيسة يجب أن يكونا على علم بأنه يتكلم مع المرأة التي تعرضت للاغتصاب، ويجب أن يعرفا متى وأين سيكون ذلك.

بعض النساء تشعرن أنهن لسن على استعداد لمشاركة ألمهن مع أي شخص آخر. ولهذا، يجب على القساوسة أن تتضمن خدمتهم صلوات وتعاليم موجهة لضحايا الاغتصاب. فقد يتولد عن هذا شعاع أمل لضحية تعاني سراً من ألم عميق. وقد يساعدهن هذا على إدراك أنه باستطاعتهن التحدث عن هذا الموضوع مع آخرين.

ويجب على المشير أن يمكن الضحية من أن تتكلم بصراحة عما حدث لها، وما تشعر به من خزي وعار. وأنه لأمر شائع بين ضحايا الاغتصاب أن تكنَّ غاضبات من الله. وهذا أمر لا بأس به. ذلك أنه بمقدور الله أن يتقبل غضبها وعلى الرغم من ذلك فهو لا يزال يحبها. وأنه لمن الأفضل لها أن تكون

صادقة بالنسبة لمشاعرها بدلاً من أن تخفيها. وكتابة مرثاة وتفجع تعد من الوسائل الجيدة للتنفيس بها عن المشاعر الأليمة (انظر الدرس٢ والقسم ٣ب).

والخطوة الأولى على طريق الشفاء تكون عندما تدرك المرأة تأثير الاغتصاب على حياتها. وهذه تأتي عندما تتكلم عن ذلك في وجود من يصغي إليها باهتمام ويتفهم مشاعرها. وستحتاج إلى وقت كثير لتتحدث عن هذا الأمر على مدى الأيام والشهور التالية.

**مناقشة ثنائية:**

من الذي تختاره للتحدث إليه عندما تواجهك مشكلة كبيرة؟ ما هي نوعية الأشخاص الذين في كنيستك ممن يمكن تدريبهم على مساعدة النساء اللواتي تعرضن للاغتصاب؟

**ج. تحتاج إلى معرفة أنها محبوبة:**

في بداية الأمر، قد تكون المرأة غاضبة من الله حتى أنها لا ترغب في الصلاة، أو الاستماع إلى كلمة الله، والمحبة الوحيدة التي قد تستطيع قبولها هي محبة أولئك المحيطين بها. وإذ ترى أن آخرين يقدرونها ويحبونها، ستدرك بشكل تدريجي أنها لم تُدمر. ويمكن لزوجها وأفراد العائلة أن يقوموا بدور رئيسي في هذا الموضوع. وأخيراً، فإنها قد ترغب أن تقبل التعزية من كلمة الله وتطلب من آخرين أن يصلوا من أجلها. وبعض الآيات التي قد تفيد في هذه الناحية هي مزمور ٧١: ١٩-٢٠؛ يوحنا الأولى ٣: ١-٣

**د. تحتاج إلى أن تطرح ألمها أمام الله:**

وعندما تكون مستعدة، فإنها ستحتاج إلى أن تطرح ألمها أمام الله بنفسها في الصلاة، وأن تطلب منه أن يشفيها. وكلما كانت أكثر وضوحاً بالنسبة لما فقدته نتيجة الاغتصاب على سبيل المثال: براءتها، طهارتها، فرحها، كان ذلك أفضل. وينبغي عليها أن تطلب من الله أن يعيد لها هذه الأشياء (مزمور ١٠: ١٧-١٨)

**هـ. تحتاج إلى أن تسامح الشخص الذي اغتصبها:**

حين يشفي الله الألم الذي في قلبها، يمكنها عندئذ أن تبدأ في مسامحة من اغتصبها. لقد أتى عملاً فظيعاً، لكن الله يطلب منا أن نسامح الذين يسيئون إلينا (متى ٦: ١٤-١٥). وقد تستغرق عملية المسامحة وقتاً طويلاً. وإذا نجم عن الاغتصاب ولادة طفل، فإن مسامحة المغتصب يساعدها تماماً على قبول هذا الطفل.

## ٥. ماذا عن الأطفال الذين يُولدون نتيجة الاغتصاب؟

**أ. ما هي احتياجاتهم الخاصة؟**

أحياناً نجد أن الأطفال الذين يُولدون نتيجة الاغتصاب قد يُرفضون من قبل أمهاتهم وعائلاتها. وقد يُعاملون معاملة سيئة، بل وربما يتعرضون للإهمال إلى درجة قد تفضي بهم إلى الموت. وقد يتم الاستهزاء بهم لأنهم ليس لهم أب. ثم إن إخوته أو أخواته لن يعتبروه من أفراد العائلة.

### ب. كيف يمكننا مساعدة هؤلاء الأطفال؟

الله لديه محبة خاصة لليتيم (تث ١٠: ١٨). وجاء في مزمور ٦٨: ٥-٦. أبو اليتامى وقاضي الأرامل الله في مسكن قدسه. الله مسكن المتوحدين في بيت. مخرج الأسرى إلى فلاح. إنما المتمردون يسكنون الرمضاء، ونحن كمسيحيين، ينبغي أن نطلب من الله أن يعطينا محبته الخاصة التي يحب بها هؤلاء الأطفال، فهم ليسوا مسئولين عن الأمور السيئة التي عُملت لهم. وهم يحتاجون محبة ربما أكثر من الأطفال الآخرين. وهم في حاجة إلى تعليم خاص من كلمة الله لنؤكد لهم أن حياتهم لم تكن مصادفة. ومن الآيات الكتابية المفيدة في هذا الشأن مزمور ١٣٩: ١٤-١٨؛ إشعياء ٤٩: ١٥؛ كورنثوس الأولى ١: ٢٧-٢٩.

وعندما يبدأون في السؤال عمن يكون أباهم، فمن الأفضل أن تُقال لهم الحقيقة، ومن المحتمل أنهم يعرفون أكثر مما يعتقد الناس أنهم يعرفونه. وإذا كان الأب معروفاً دعهم يعرفون من هو. وإذا كان قد توفيً في ذلك الحين، فمن المفضل في هذه الحالة إخبارهم من هم أقاربه.

وسوف يحتاج القس إلى مساعدة العائلة كلها لكي تقبل طفلاً كهذا، وقد يجد الزوج صعوبة في تقبل الوضع، بل إن الإخوة والأخوات الكبار قد يقاومون هذا وحين يأتي الوقت الذي يجب أن يُعمَّد فيه

الطفل في الكنيسة، فسيكون هذا فرصة طيبة للصلاة من أجل أن يعطي الله بركة خاصة لهذا الطفل وللعائلة.

**أسئلة للمناقشة:**

هل هناك أطفال في كنيستك تعرضوا للمعايرة أو الاحتقار بسبب الأحداث المحيطة بولادتهم؟ إذا كان الأمر كذلك، كيف تقوم بمساعدتهم؟

## ٦. كيف يمكننا مساعدة المغتصب؟

المغتصبون في حاجة إلى معرفة أن يسوع سيغفر لهم خطيتهم (إشعياء ١: ١٨). وربما يكونون قد ارتكبوا هذه الخطية أكثر من مرّة. وهم يواصلون رغبتهم الجامحة في ممارسة الجنس مع النساء، ويعتقدون أنه ليس بمقدورهم التغلب على هذه الشهوة. وهم في حاجة إلى وجود شخص يستطيعون الاعتراف له بخطيتهم، ويتوجب على هذا الشخص أن يصلي معهم وينبههم إلى مسئوليتهم عن أعمالهم اليومية حتى لا يرتكبوا هذه الخطية مرة ثانية.

ولابد أن يتحمل المغتصب المسئولية الكاملة عما فعله. ويتوجب عليه أن يطلب من ضحيته (ضحاياه) أن تسامحه، وعلى الرغم من أنه لا يمكنه على الإطلاق أن يعيد للمرأة طهارتها، إلاّ أنه يتوجب عليه عمل كل ما في وسعه لمساعدتها وذلك كعلامة واضحة على توبته. وستكون هناك عواقب قانونية عليه أن يواجهها.

وإذا نما إلى علم الكنيسة أن أحد أعضائها اغتصب امرأةً ما، ينبغي على راعي الكنيسة أن يتحدث معه في هذا الموضوع. فإذا اعترف وتاب، يجب أن تقدم الكنيسة نفس المغفرة التي منحها الله لمرتكب خطية الاغتصاب. أما إذا لم يتب، يجب استبعاده من الكنيسة، لحماية النساء الأخريات منه، ولكي توجهه نحو التوبة.

# تمرين ختامي للمجموعة الصغيرة

تخيل أن "أما" عضوة في كنيستك. وأنها أخبرت القس بما حدث. كيف ستساعد كنيستك "أما"؟ كن واقعياً.

# الدرس السادس

# كيف يمكن للكنيسة أن تخدم وسط مرضى الإيدز؟

**سيكون من المفيد وجود طبيب متمرس أثناء هذه الجلسة.**

## ١. قصة داود ومريم:

كان داود ومريم زوجين سعيدين وكان لهما طفلان. كان كل منهما مؤمناً ملتزماً وكانا يعلمان أنه من الخطأ ممارسة الجنس مع شخص آخر خارج نطاق الزواج. سمعا من قبل عن الإيدز وفيروس نقص المناعة ولكنهما لم يعرفا في الحقيقة كيف يمكن أن يصاب به المرء. كان داود يعمل مع أخيه الغير مسيحي في شركة للنقل تملكها العائلة. كانت تلك الشركة تقوم بنقل البضائع الخاصة بالشركات إلى دول أخرى في الشرق الأوسط وكانا في العادة يغيبان لأسبوعين كل مرة.

حصل أخو داود على عقد جديد سيضاعف من دخل الشركة، ولكنه كان يتطلب من داود أن يقيم في مدينة قريبة من ميناء الشحن لمدة شهرين في كل مرة. بحلول الشهر الثاني كان داود يفتقد زوجته جداً، فالعمل في محطة الشحن كان مملاً، وبدأ يقضي الكثير من الوقت وهو يحلم أحلام يقظة عامرة بالنساء. عمل بعض الصداقات مع بعض الأشخاص غير المؤمنين والذين كرروا له الدعوة مرات كثيرة ليذهب معهم لسهراتهم

الخاصة. على الرغم من أن ديانتهم كانت تمنعهم بوضوح من أن تكون لهم ممارسات جنسية خارج إطار الزواج ومن الشذوذ الجنسي إلا أنه بدا أن هناك انفتاح على العلاقات الجنسية بل وتوقع بأن تتم ممارسة الجنس حين يخرجون معاً. ذات ليلة كانت التجربة قوية وكان شعوره بالوحدة بالغ القسوة، فخرج مع أحد أصدقائه وانتهى به الأمر إلى النوم مع امراة من المدينة عرفه عليها أحدهم. في اليوم التالي شعر بشعور بشع نحو ما فعل وقرر ألا يفعله ثانية.

عاد داود لعائلته، ومر عامان، وحملت زوجته بطفل آخر. بدأ داود يشعر بأنه ليس بخير ونسى قضية النوم مع نساء أخريات. في البداية كان يشعر فقط بالإرهاق وبدأ يفقد بعض الوزن، ثم بدأت تظهر بعض الالتهابات الجلدية الغريبة في جسده وبدأ يصاب بالإسهال بصورة متكررة. بعد فترة ذهب للطبيب، الذي فحصه وطلب منه أن يقوم ببعض التحاليل، وأخيراً اتصل به الطبيب وطلب منه القدوم إلى مكتبه حيث أخبره بالخبر المحزن: إنه مصاب بفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز). وأخبره أنه ربما يكون قد نقل هذه العدوى لزوجته بل ولطفله الذي لم يولد بعد.

ذهبت مريم إلى المستشفى لإجراء فحوص فيروس نقص المناعة، واكتشفت أنها مصابة به، وقيل لها أنها لو أخذت بعض الأدوية الخاصة في بقية فترة الحمل فسيقلل هذا من احتمال إصابة الجنين بالإيدز. وذهبت مريم بأمانة وأخذت هذه الأدوية وولد الطفل صحيحاً. ولكن مريم بدأت تشعر بالمرض والوهن. وشعر داود ومريم باليأس بينما كانا يفكران في مستقبل أبنائهما، وكانا يشعران بالخوف من أن يخبرا أي شخص

بمشكلتهما لكي لا يبدأ الناس في تجنبهما. وبعد فترة ليست طويلة أصبحت المشكلة أكبر من قدرتهما على الاحتمال فأخبرا راعيهما.

## ٢. حقائق عن مرض الإيدز:

يزداد مرض الإيدز في أوقات الحرب. وحين تُجرح القلوب، يبحث الناس عن الراحة الجسدية من آخرين، وهذا قد يؤدي إلى زيادة العلاقات الجنسية خارج الزواج، ولا سيما بين الشباب. وهناك حالات أخرى من هذا المرض تنجم عن الاغتصاب الذي يصاحب الحرب، لأن الكثيرين من الجنود مصابون بهذا المرض. وحتى في حالة عدم وجود حرب، يُعد مرض الإيدز مشكلة كبيرة. وتُعتبر الكنيسة في أكثر الأدوات فعالية من ناحية مساعدة المجتمعات في خضم النكبات الناجمة عن الإصابة بهذا المرض اللعين. وفي ذات الوقت، فإن الكنائس التي تنخرط في مساعدة مرضى الإيدز من المحتمل أن تنمو، في الإيمان، وفي الأعضاء.

### أ. ما هو الفيروس المسبب لمرض الإيدز؟

إنه فيروس يمكنه إصابة الإنسان. وهو فيروس نقص المناعة عند البشر.

### ب. ما هو مرض الإيدز؟

عدوى الفيروس المسبب لمرض الإيدز تضعف قدرة الإنسان على محاربة العدوى والسرطان. وبعد أن يُصاب المرء بفيروس (HIV) المسبب لمرض الإيدز بفترة وجيزة فأنه يُصاب بأمراض

أخرى مثل سرطان الجلد، السلّ، ذات الرئة، أو أمراض تصيب المخ. وحين تبدأ هذه الأمراض نقول إنهم أُصيبوا بمرض الإيدز (مرض نقص المناعة المكتسب). وقد يسقط شعرهم ويصيبهم الهزال الشديد. وتراهم يتقيأون، ويعانون من الإسهال، والكحة، أو قروح في الأعضاء التناسلية.

**ج. كيف يصاب المرء بمرض الإيدز؟**

يُصاب الإنسان بفيروس (HIV) الذي يؤدي إلى مرض نقص المناعة المكتسب "الإيدز" وذلك عن طريق ملامسة دم، أو مني، أو الإفرازات المهبلية، أو لبن الثدي. وهذه يمكن أن تحدث بالطرق التالية:

- من خلال المعاشرة الجنسية مع شخص مصاب بهذا المرض سواء عن طريق الاختيار، أو من خلال الاغتصاب.
- الأم المصابة بهذا المرض قد تنقلة إلى طفلها. ويمكن أن يحدث هذا حتى قبل ولادة الطفل، أو أثناء الولادة، أو حتى بعد الولادة عندما ترضع الأم طفلها من ثديها.
- عن طريق عمليات نقل الدم (بالحقن)، أو ملامسة جرح أو قرح مفتوح لدم شخص مريض بالإيدز. ثم إن موس الحلاقة أو ماكينة الحلاق إذا استخدمها شخص مريض بالإيدز، فأي شخص آخر يستخدمها بعده لا بد وأن ينتقل إليه فيروس المرض. وبالنظر إلى أن فيروس مرض الإيدز (HIV)، لا يستطيع أن يعيش خارج جسم الإنسان إلاَّ لدقيقة واحدة فقط، فإن هذا لا يحدث كثيراً.

- باستخدام الأُبر الملوثة لإعطاء الدواء، أو المخدرات، أو إذا حدث أن طبيباً، أو ممرضة، أو فني طبي، قد جُرح إصبعه (أو إصبعها) بطريق الخطأ من إبرة سبق استخدمها شخص مريض بالإيدز.

ولكن أغلبية الإصابة بهذا المرض تتأتى نتيجة المعاشرة الجنسية.

**د. لن يصيبك فيروس مرض الإيدز في الحالات التالية:**

- التلامس الإجتماعي العادي مثل المصافحة باليدين أو المعانقة.
- إذا عطس شخص أو كان عنده سعال.
- المشاركة في أشياء مثل المرحاض، حوض غسل الوجه واليدين، أو الطعام.
- القبلات الجافة (بدون لعاب).
- لسعة الحشرات، مثل البعوض.

**هـ. هل هناك علاج لمرض الإيدز؟**

لا يوجد علاج للإيدز في هذا الوقت. ولكن هناك أدوية تهبط المرض، ولكنها مكلِّفة، ولا يوجد تطعيم يمكنه حماية الشخص من عدوى هذا المرض.

**و. ما الذي ينبغي أن نعرفه بالنسبة للحياة مع شخص مريض بالإيدز؟**

فيروس الإيدز ليس معدياً بشكل مفرط. لأنه لا يمكنه أن يعيش خارج جسم الإنسان إلا لدقيقة واحدة. ويمكن للعائلات أن تعيش مع شخص مريض بالإيدز دون أن تنتقل إليها عدوى هذا المريض.

وكل ما عليهم فعله هو تجنب إفرازات جسم المريض ودمه. ويجب على الأزواج استخدام الواقي الذكري بعناية عند المعاشرة الجنسية.

**أسئلة للمناقشة:**

هل لديك أية أسئلة عن كيفية الإصابة بمرض الإيدز وانتشاره؟

## ٣. ما هي بعض المعتقدات التي من شأنها أن تزيد من انتشار مرض الإيدز؟

لدى بعض الناس معتقدات غير صحيحة عن الجنس ومرض الإيدز. وهذه الأكاذيب تجعلهم يهملون حماية أنفسهم من مرض الإيدز، وفيما يلي بعض هذه المعتقدات الكاذبة:

- إن الرجل الذي يتوقف عن ممارسة الجنس لفترة ما سيصاب بالجنون، أو باللّعنة. أو أن الشاب في حاجة إلى الجنس لينمو بشكل طبيعي. أو أن ممارسة الجنس تساعد الإنسان على التغلب على مرض ما. فكل هذه المعتقدات كاذبة. فالرجال ليسوا في حاجة إلى ممارسة الجنس لينموا بشكل طبيعي، أو للشفاء من مرض، أو للاحتفاظ بسلامة عقولهم، أو للحفاظ على خصوبتهم. فقد كان يسوع وبولس غير متزوجين.
- يجب أن تثبت المرأة خصوبتها قبل الزواج. وفي الكتاب المقدس، كل العلاقات الجنسية خارج نطاق الزواج أُعتبرت خسوفاً جنسياً، أي أنها خطية (غل ٥: ١٩). والأطفال بركة، ولكنهم ليسوا ضرورة بالنسبة للزواج المسيحي (تك ٢: ١٨).

- إذا كان الشيطان يغريك للوقوع في خطية جنسية فلن تستطيع المقاومة. وهذا زعم باطل لأن الكتاب المقدس يقول: "قاوموا إبليس فيهرب منكم" (يعقوب ٤: ٧). والله سيعطيك دائماً طريقة للهرب من التجربة. ونقرأ في رسالة كورنثوس الأولى ١٠: ١٣ "لم تصبكم تجربة إلاّ بشرية. ولكن الله أمين الذي لا يدعكم تجربون فوق ما تستطيعون بل سيجعل مع التجربة أيضاً المنفذ لتستطيعوا أن تحتملوا" وهكذا فإنه يقدم لكم طريقاً للهروب من التجربة.
- مرض الإيدز لعنة من الله، أو أنه يأتي بواسطة السحر. ولكن الإيدز مرتبط بشكل مباشر بسلوك الناس. ولا يُوجد غموض من ناحية كيفية انتقال عدوى هذا المرض إلى أي إنسان.
- الشخص الذي يخبرك بأنك مصاب بمرض الإيدز إنما هو في حقيقة الأمر يلعنك، وعلى ذلك، فمن الأفضل ألاَّ تُخبر أي شخص بأنه مصاب بهذا المرض.

وهذا يؤدي إلى أن أي شخص بوسعه أن ينقل المرض إلى آخرين دون أن يدري. لقد قال موسيفين رئيس أُوغندا إنه يتوجب على الأفارقة أن يتعاملوا مع مرضى الإيدز كما يتعاملوا مع أسد يجول في القرية بحثاً عن فريسة، عليهم أن يصرخوا ويحذروا القرويين من هذا الخطر وما من أحد يمكنه أن يجلس ساكناً إذا عرف أن أسداً في طريقة إليه.

**أسئلة للمناقشة:**

اذكر بعض المعتقدات الأخرى السائدة في منطقتك والخاصة بانتشار مرض الإيدز؟ عليك اللجوء إلى شخص مدرب. تدريباً

طبياً، مثل طبيب. أو ممرضة متمرسة، لمساعدتكم جميعاً على معرفة ما إذا كانت هذه المعتقدات حقيقية أم لا.

**٤ . اذكر بعض الممارسات التي تؤدي إلى زيادة انتشار مرض الإيدز؟**

لدى بعض الثقافات عادات أو طقوس من شأنها أن تزيد من انتشار مرض الإيدز. نذكر بعضاً منها فيما يلي:

- عادة الزواج التي تقضي بأنه في حالة وفاة شخص دون إنجاب فعلى شقيقة أن يتزوج من أرملته ليقيم له نسلاً. وإذا كان هذا الأخ قد توفي بمرض الإيدز، فإنه من المحتمل أن تنقل هذه الأرملة مرض الإيدز إلى عائلتها الجديدة.
- الوضع المتدني للمرأة الذي يُنكر عليها حرية الاختيار فيما يتعلق بنشاطها الجنسي وصحتها الإنجابية.
- الممارسات الخاصة بالجنازات والتي تتضمن ملامسة إفرازات جسم الميت.
- استخدام السرنجات في الحقن المشترك.
- الختان.

أسئلة للمناقشة:

هل هناك ممارسات في منطقتك من شأنها أن تزيد من انتشار الإيدز. اذكرها.

## ٥. تعليم الأطفال عن الجنس ومرض الإيدز:

**سؤال للمناقشة:**

كيف يتعلم الأطفال عن الجنس، ومن الذي يعلمهم؟ وفي أي سن يتم هذا؟

الاحتمال الأكبر هو أن الشاب يمكن أن تنتقل إليه الإصابة بالفيروس المسبب لمرض الإيدز من خلال النشاط الجنسي. ويجب على الكنيسة مساعدة أولئك الذين يعلمون الأطفال عن الجنس على معرفة حقائق مرض الإيدز. فالتعليم عن الجنس ومرض الإيدز يجب أن يبدأ عندما يكون الطفل في العاشرة من عمره، أو حتى قبل ذلك إذا ما طرح الأطفال أسئلة خاصة بهذا الموضوع. ويجب أن يُقدم لهم هذا التعليم قبل أن ينخرطوا في ممارسة الجنس. وهناك كتب جيدة تماماً خاصة بتعليم الأطفال عن الجنس ومرض الإيدز. ويمكن ترجمة هذه الكتب إلى لغتك.

وممارسة الجنس مع الكثيرات يزيد فرص الإصابة بهذا المرض. وهو أمر يغضب الله. والوكالات غير المسيحية تروج لاستخدام الواقي الذكري كوسيلة لتجنب الإصابة بهذا المرض. ذلك أن الأوقية الذكرية تخفض احتمال الإصابة بمرض الإيدز، لكن الامتناع عن ممارسة الجنس قبل الزواج هو الطريقة الوحيدة الآمنة تماماً لتجنب الإصابة بهذا المرض اللعين. وهذا يُعد أيضاً اتّباعاً للتعليم الكتابي بحفظ النشاط الجنسي لاستخدامه عند الزواج فقط. وربما يتعارض هذا التعليم مع الممارسات الجنسية التقليدية في جماعتك. ثم إن الشباب في حاجة إلى كثير من التشجيع للحفاظ على طهارتهم في هذه الناحية. كما أن ما يقدمه الكبار من قدوة سيكون له تأثير من أي تعليم يمكن تقديمه.

ولدى الشباب طاقة كبيرة. ويتطلب الأمر إشراكهم في أنشطة نافعة. وإذا استخدمتهم الكنيسة في العناية بمرضى الإيدز، فستكون لهذه الخدمة فوائد كثيرة.

- تجعلهم يشعرون بأنهم مطلوبون وأن الكنيسة في حاجة إليهم.
- هذا الأمر يساعد على أن يروا بأنفسهم مدى خطورة الإصابة بمرض الإيدز.
- يتيح لهم مجال القيام بعمل نافع يشغلهم عن عمل أشياء سيئة.

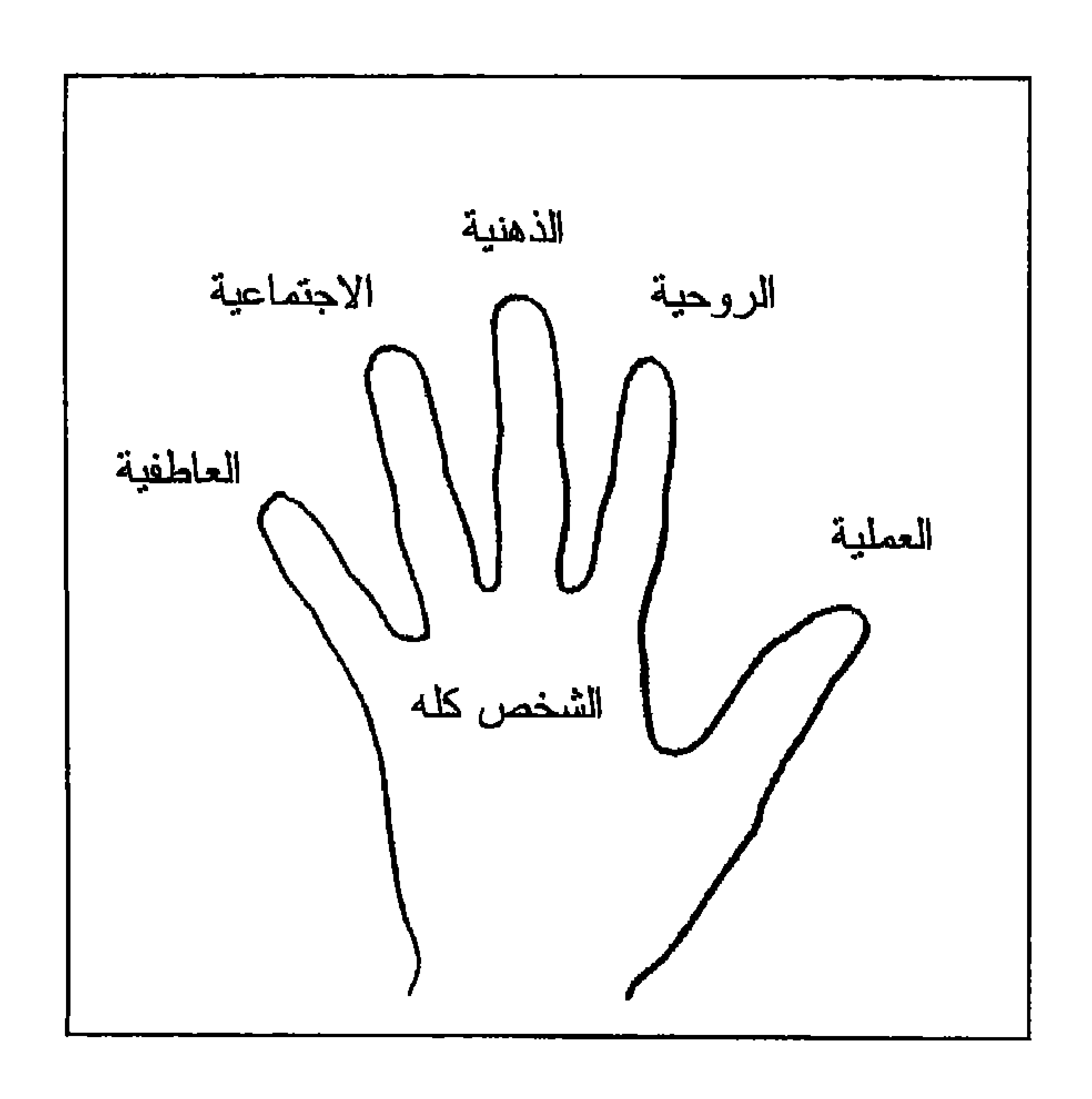
ويمكن للشباب إيجاد طرق لزيادة الوعي بخطورة هذا المرض، وذلك من خلال التمثيليات، والأغاني، أو دراسة الكتاب المقدس. وبإمكانهم القيام بزيارة المرضى وأن يقرأوا لهم فقرات من الكتاب المقدس. ويمكنهم القيام بأشياء لمساعدتهم، بأن يقدموا لهم الماء والطعام.

**أسئلة للمناقشة:**

- هل تُوجد بكنيستك أية أنشطة نافعة وممتعة للشباب (١٢–٢٠ سنة)؟
- هل لديكم برامج تساعد الوالدين (أو أي أشخاص آخرين مناسبين) لتعليم الشباب عن الإيدز والجنس؟
- كيف يمكن للشباب في كنيستك الانخراط في مساعدة الآخرين على تجنب مرض الإيدز، أو خدمة أولئك الذين أُصيبوا به؟

### ٦. كيف تساعد الكنيسة الشخص الذي أُصيب بمرض الإيدز؟

الكنائس في حاجة إلى تدريب مجموعة من المعاونين لخدمة مرضى الإيدز، وكثيراً ما يخرج هؤلاء المعاونون كل اثنين معاً، ويحتاج ضحايا الإيدز إلى مساعدة في جميع نواحي حياتهم، وقد مُثلت هذه النواحي بأصابع اليد الخمسة.




#### أ. من الناحية الروحية: حدثهم عن يسوع والكتاب المقدس:

ويجب على المعاونين قراءة الكتاب المقدس، والصلاة والترنيم مع المريض وعائلته. وإذا كان المريض مسيحياً حقاً، فسوف يتعزى كثيراً لدى سماعه عن السماوات. وإذا لم يكن مسيحياً حقيقياً، فإنه

كثيراً ما يكون مستعداً لسماع الكيفية التي يمكن أن تُغفر بها خطاياه، وكيف يمكنه التأكد من أنه سيذهب إلى السماء.

وفيما يبدأ المريض في الثقة في المعاون، فإنه يستطيع أن يخبره بما يشعر به نحو الحياة ونحو مرضه. ومن المهم أيضاً أن يعرف المريض أنه يمكنه أن يخبر الله بما يشعر به تماماً. والمزمور ٣٨، والذي عبَّر فيه داود عن مشاعره الحقيقية لله أثناء مرضه، قد يمثل نموذجاً جيداً لضحايا مرض الإيدز. وقد يرغب كل من هؤلاء المرضى في كتابة مرثاته أو تفجعه (انظر الدرس ٢، الجزء ٣/ب).



**خدمة مرضى الإيدز**

## ب. الناحية الذهنية: ساعدهم على أن يحدثوا الآخرين عن مرضهم:

يميل الناس عادةً إلى إخفاء حقيقة أنهم مصابون بمرض الإيدز، وهذا ليس من شأنه مساعدة الشخص المريض أو المجتمع ككل،

وإذا لم يتحدثوا عن السبب الحقيقي لمرضهم، فقد يتهم الناس آخرين. وعن خطأ بأنهم أُصيبوا بالمرض نتيجة لعنة أو سحر. والأمر يتطلب شخصاً شجاعاً ليكون أول من يعلن علانية أنه مريض بالإيدز، لأن هذا قد يساعد آخرين على عمل الشيء نفسه. وهذه خطوة ضرورية للغاية لمساعدة المجتمع على "اصطياد الأسد".

كل إنسان في حاجة إلى معرفة الكيفية التي ينتشر بها مرض الإيدز. ولا يقل عن ذلك أهمية أن يعرفوا أيضاً أن ملامستهم لشخص مريض، أو الأكل معه، أو العناية باحتياجاته لا تعرضهم للإصابة بهذا المرض.

**ج. من الناحية الاجتماعية: لا يجب إبعادهم عن عائلاتهم أو أصحابهم:**

الناس في حاجة إلى بعضهم البعض. ومرضى الإيدز قد يرفضهم أصدقاؤهم، بل وربما عائلاتهم أيضاً. ويتوجب على الكنيسة أن تعمل مع المجتمع لمساعدتهم على قبول هؤلاء المرضى ولايخافون من عدوى المرضى منهم. ثم إن المصابين بهذا المرض يمكنهم مساعدة بعضهم البعض بأن يجتمعوا معاً والمشاركة باختياراتهم، ويمكن للكنيسة المساعدة في ترتيب هذا الأمر.

**د. الناحية العاطفية: مساعدتهم على فهم الصدمة الناجمة عن هذا المرض:**

إنها صدمة رهيبة أن يعرف المرء أنه سيموت. ويقول لنا الخبراء

أنه عندما يُصاب شخص بمرض مفضي إلى الموت، فإنه في كثير من الأحيان ما يمرّ بمراحل تماثل تلك التي تحدث في حالات الحزن، الغضب، الإنكار، اليأس، وبعد ذلك القبول. والذين يساعدون هؤلاء المرضى في حاجة إلى أن يعرفوا أنه من الأمور العادية أن يغضب المرء في البداية. ثم ينكر أيضاً أنه مصاب بمرض الإيدز. ثم إن حالة الاكتئاب تكون أمراً عادياً أيضاً، وقد تمر شهور قبل أن يتقبل المريض أنه في سبيله إلى الموت، ومثل هذا المريض قد يساوم الله ويعده بسلوكيات معينه إذا أعاد له صحته، والمعاون الجيد هو الذي يتذرع بالصبر حيال هؤلاء المرضى لدى مرورهم بهذه المراحل.

### هـ. الناحية البدنية: العناية بأجسامهم:

قد يُصاب اثنان بمرض الإيدز، فيعيش أحدهما ست سنوات، ويعيش الآخر ست شهور، وهذا مرده جزئياً الحالة البدنية العامة للمريض، ولكن هذا يرجع إلى موقعه، ومدى العناية التي يلقاها. والمرضى الذين لديهم شيء يعملونه يعيشون فترة أطول من أولئك الذين ليس لديهم أي شيء يعملونه، وعلى ذلك فإنه أمر مستحق أن تعطي مريض الإيدز شيئاً يعمله لمساعدة عائلته. وبوسعهم أن يتعلموا حياكة الملابس أو تربية الحيوانات، أو الانخراط في أي عمل آخر لا يتطلب قوة بدنية. وعلاوة على ذلك فإن الطعام الجيد وبشكل منتظم يساعد الشخص على مقاومة المرض. ومن المهم للغاية أن يتناول المريض كثيراً من الفواكه

والخضروات حتى يحصل على الفيتامينات اللازمة للمحافظة على صحة جسمه. وفي بعض الأماكن توجد عقاقير مضادة للفيروسات يمكنها أن تساعد في هذا الشأن.

ويجب على الكنيسة أيضاً أن تنظم موضوع العناية بالأيتام الذين توفي آباؤهم نتيجة الإصابة بمرض الإيدز، وتساعد الأرامل من نساء، ورجال والذين ربما يكونون حاملين لفيروس **(HIV)** المسبب لمرض الإيدز، كما يجب على الكنيسة أيضاً أن تساعد العاهرات على الحصول على طرق أُخرى تعينهم على المعيشة.

## تمرين ختامي

- هل يكون لديك علم عندما يصاب أحد من شعب الكنيسة بمرض الإيـدز؟ هل يخبرون الآخرين؟ ما الذي يصعب على أمثال هؤلاء الاعتراف بحقيقة مرضهم؟
- هل لديكم أشخاص مدربون لزيارة المرضى؟ أم أنه يتوقع مـن القـس أن يقوم بذلك بمفرده؟
- هل يتم تغطية كافة النواحي الخمس السابق ذكرها (العاطفية، الاجتماعية، الذهنية، الروحية، والعملية) عند زيارتك للمريض، وإذا كانـت الإجابـة بالنفي، كيف يمكنك تغيير هذا الوضع؟
- ادرس ما جاء في كورنثوس الأولى ٦: ١٣/ ب – ٢٠. لماذا يتوجب على المسيحي الهرب من الفسوق الجنسي؟
- اقرأ الآيات التالية. ما الذي تعلمه فيما يخص زيارة المرضى؟

  كورنثوس الثانية ١: ٣-٥ كورنثوس الثانية ٥: ١٩-٢٠.

  كورنثوس الأولى ١٣: ٣-٨ متى ٢٥: ٣٥-٤٠

- ما هو الشيء الذي تود أن تبدأ بعمله في كنيستك بعد قراءة هذا الدرس؟

# الدرس السابع

# العناية بمن يعتني بالآخرين

## ١. القس الذي يحمل أكثر من طاقته:

كان القس باسم يخدم باجتهاد شديد في العاصمة في أثناء بعض الحروب والانقلابات التي حدثت خلال السنوات القليلة الماضية. كان خارج البلاد في الأسابيع الماضية التي نشبت فيها الصراعات الأخيرة التي اندلعت دون سابق إنذار. ومنذ عاد سمع الكثير من القصص عما حدث. كراع لرعيته كان يشعر أنه عليه دوماً أن يكون مستعداً لأن يصغي لهم، لا سيما لأنه لم يكن موجوداً حين اندلعت الصراعات. والآن له خمسة أشهر مع رعيته منذ أن رجع.

منذ شهرين أتى له أعز أصدقائه، وحكى له بالتفصيل العذاب الذي شعر به حين رأى زوجته وأولاده يقتلون أمام عينيه في أثناء القتال. منذ ذلك الحين لم يعد باسم قادراً على أن يخرج من ذهنه الصور التي حكى له صديقه عنها. بدأت زوجته تلاحظ أنه لم يعد قادراً على أن ينام جيداً في الأسابيع الأخيرة وأنه يستيقظ لأقل حركة أو صوت يحدث. بدأ يلاحظ أيضاً أن مستوى طاقته ونشاطه بدأ يقل وأنه يستيقظ دوماً وهو يشعر بالإرهاق. ثلاثة مرات في الشهر الماضي استيقظ نتيجة لكابوس كان يرى فيه قتال مع رجال مقنعين يطاردونه في المدينة من بيت إلى بيت.

خلال الشهر الماضي شعر مرات عديدة بالإحباط المتزايد، ولم يعد راغباً

في الوعظ لدرجة أنه فكر في الاستقالة. كان يشعر بأنه قس فاشل. بدأت زوجته تشعر بالقلق لأنه لم يعد يتحدث معها مثلما كان يفعل. كما لاحظ أصدقاؤه أنه أصبح أكثر هدوءاً من ذي قبل وأنه يبدو وكأنه في "عالم آخر". والأسبوع الماضي بينما كان يقود دراجته في مدينة قريبة، انحرف عن الطريق وسقط فانكسر ذراعة ودمر دراجته. كان يشعر بالحاجة لأن يأخذ إجازة، ولكن سيل الناس المتدفق المحتاج للمساعدة بدا أنه بلا نهاية.

**أسئلة للمناقشة:**

- ما السبب – في اعتقادك – أن القس باسم يواجه كل هذه المشاكل.
- هل تعرف أناساً أصبحوا مثقلين بأعباء مفرطة نتيجة مساعدتهم الآخرين حتى أصبحوا في غاية الإحباط أو المرض؟ ما الذي يقولونه؟ وكيف يتصرفون؟

## ٢. كيف نعرف أن شخصاً ممن يعتنون بالآخرين، يتحمل أعباء فوق طاقته؟

العناية بالآخرين قد تجهدنا تماماً. فقد ننهمك تماماً في العناية بالآخرين حتى ننسى العناية بأنفسنا. وإذا سلكنا بحسب بعض الطرق التالية، فقد تصبح أعباؤنا فوق طاقتنا:

- الشعور بالغضب أو الحزن طوال الوقت.
- الشعور بالتعب أو التوتر.
- عدم النوم جيداً.

- وجود مشاكل في علاقتنا.
- التشكك في حقيقة إيماننا.
- التشكك في صلاح الله وقوته.
- البدء في تصديق أكاذيب الشيطان.
- نصبح مرضى أو تقع لنا حوادث كثيرة.
- الامتعاض من أولئك الذين يحتاجون إلى صحتنا.

إذا توافرت فينا بعض هذه الأعراض لوقت طويل، فهذا معناه أننا في حاجة لتغيير شيء في وضعنا. وإذا سمحنا لأن يتملك الإجهاد منا، لن يكون بمقدورنا مواصلة العمل الذي أعطاه لنا الله.

### ❖ مناقشة للمجموعة الصغيرة:

هل شعرت ذات مرة أن أعباءك أكثر من طاقتك؟ تحدث عما كنت تشعر به في هذه الحالة.

## ٣. الصعوبات التي تواجه الشخص الذي يتطوع للعناية بالآخرين:

في أوقات الحرب أو الأزمات، يواجه الكثيرون مشاكل ويحتاجون إلى شخص يحدثونه عنها، ولهذا يزداد عمل القس. وقد يواجه بعض الصعوبات التالية:

**أ. الذي يتطوع للعناية بالآخرين قد يجد أن لديه عدداً أكبر من اللازم، عليه أن يعتني بهم:**

قد يعتقد الشخص الذي يعتني بالآخرين أنه (أو أنها) لا يمكن الاستغناء عنه بالنسبة لعمل الله، وأن عليه القيام شخصياً بالعناية بجميع من يحتاجون إلى عنايته. فقد يريدون التحدث معه دون سواه.

**ب. الذي يقوم بالعناية قد يكون موضع غضب الناس:**

الناس الذين يختبرون الألم كثيراً ما تجدهم غاضبين. وفي بعض الأحيان يعلنون سخطهم على من حولهم بدون سبب. وهذا قد يتضمن حتى الأشخاص الذين يعتنون بهم، على الرغم من أنهم لا يحاولون إلا مساعدتهم فقط. وحين يحدث هذا، يجب على الشخص الذي يعتني بهم أي الشخص الذي لحقه الأذى ألا يغضب. وعليه ألا يأخذ الأمر بمحمل شخصي.

**ج. الشخص الذي يقوم بالعناية قد يتعرض للاستغلال:**

بعض الناس الذين يأتون بمشاكلهم لا يريدون في واقع الأمر حلولاً لها. بل يرغبون في إلقاء اللوم على الآخرين، ولكنهم لا

يريدون تغيير ما بأنفسهم. وإذا حاول الشخص الذي يعتني بهم مواجهتهم بالنسبة لدورهم في المشكلة، هنا تراهم يحاولون تغيير الموضوع. وهؤلاء الناس قد يستغرقون وقتاً طويلاً. وعلى من يقومون بالعناية أن يميزوا بين أولئك الذين يريدون مساعدة بالفعل، وأولئك الذين يريدون فحسب أن يلفتوا الانتباه إليهم.

**د. قد يكتشف المُعتَنِي أشياء معينة سراً، يكون من واجبه أن يخبر بها الآخرين:**

حين يشارك الناس مشاكلهم مع " المُعتَنِي" فإن ما يقولونه يُعتبر سراً. وعلى الرغم من ذلك، فإن بعض الأمور لا يمكن الابقاء عليها سراً. وهذه تتضمن أنشطة غير قانونية، اغتصاب، خطط قد تسفر عن إلحاق الأذى بشخص ما، أو خططاً للانتحار. وعلى أولئك الذين يتكلمون مع "المُعتَنِي بهم" أن يعرفوا مقدماً أن مثل هذه الأشياء يجب إبلاغ السلطات المعنية عنها.

**هـ. قد يجد "المُعتَنِي" أنه يستمتع نتيجة وجوده في مركز كل الأمور:**

قد يشعر "المعتني" بأنه يتمتع بشعوره أن له سلطة على حياة الناس الآخرين. وقد يدفعه هذا إلى الشعور بأنه شخص يحتاجه المجتمع مع أنه يفتقر إلى الثقة. وأحياناً تكون مساعدة الآخرين مجرد وسيلة لتجنب نظر المرء إلى مشاكله الشخصية. وهذه ليست أسباباً وجيهة لمساعدة الآخرين. وعلى من يقوم بالعناية

بالآخرين أن يتوقف ويتفحص الدافع الذي حفزه على مساعدة الآخرين وليتأكد أمام الله أن دوافعه طاهرة.

**و. قد يتجاهل المُعتَنِي حقيقة مشاعره الداخلية:**

قد يعتقد المعتني أنه ينبغي أن يمتلك القوة الكافية لتحمل الأعباء دون أن يشتكي أو يغضب. ولكنه إذا أنكر مشاعره وحزنه وخوفه، فإنه قد يتعرض لإنهاك روحي ونفسي خطير.

**ز. الشخص الذي يعتني بالآخرين قد يهمل عائلته:**

العناية بالناس تستغرق وقتاً كثيراً. و المُعتَنِي بوسعه أن يقضي وبسهولة وقتاً طويلاً مع الآخرين لدرجة يهمل معها نسيانه زوجته وأطفاله. ولابد وأن يسبب هذا مشاكل كبيرة. فقد يؤدي هذا إلى شعور زوجته بالإحباط أو الغضب. وقد يشعر أطفاله بالغضب لأن والدهم لديه وقت لكل الناس، ولكن ليس لديه وقت لهم. وقد لا يستطيع بعد أن يتواجد في البيت لوقت كاف لتأديبهم. وقد تتباعد العلاقة بين الرجل من جهة وزوجته وأولاده من جهة أخرى، بحيث يعاني الأب من الوحدة حتى وهو في بيته.

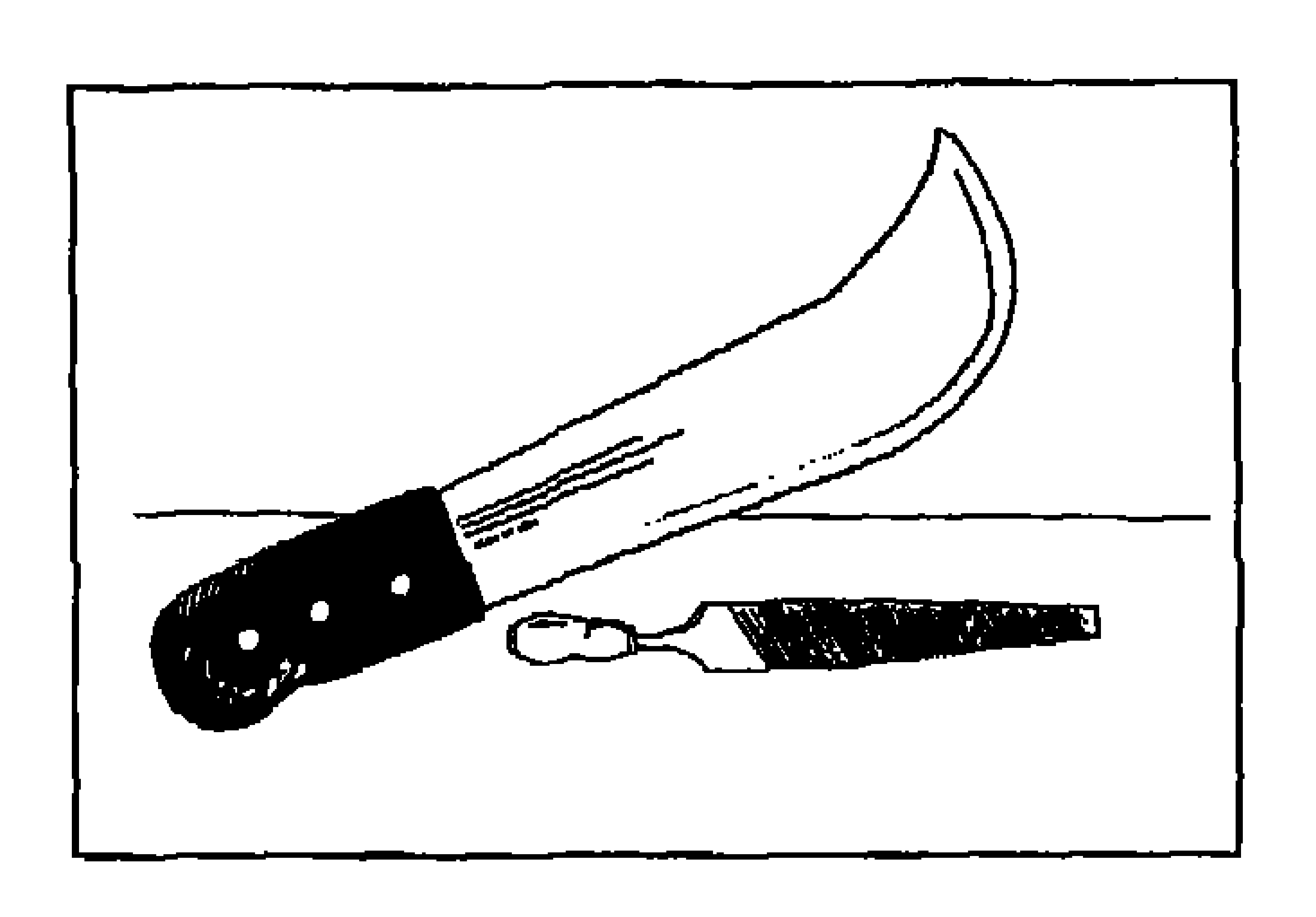
❖ **مناقشة للمجموعة الصغيرة:**

ما هي الصعاب التي اختبرتها فيما كنت تعتني بالناس؟

## ٤. رعاية من يلعب دور الراعي:

**أسئلة للمناقشة:**

(أمسك بيدك منجل ومسن). ما الذي يحدث للمنجل إذا لم يتم سَنه على الإطلاق؟ وهل الوقت الذي يستغرقه سَنه يُعد وقتاً ضائعاً أم مفيداً؟



**خذ وقتاً لسَن المنجل**

أو إذا كانت هناك سيارات ومولدات في المنطقة، اسأل: "ماذا يحدث إذا لم تضع زيتاً أو ماء في السيارة/المولد؟ لابد وأن يتوقف الموتور عن العمل.

نحن أدوات في يد الله من أجل عمل الخير في العالم. وإذا لم تتم العناية بالأدوات، سوف تتكسر وتصبح بلا فائدة. وكما أنه يجب التوقف عن استعمال المنجل لتنظيفه وشحذه، هكذا أيضاً يجب أن نتوقف ونعتني بأنفسنا. عندئذ نصبح قادرين على الاعتناء بالآخرين.



وحين نستمع إلى مشاكل الناس، فنحن نمتص بعضاً من ألمهم ونحمله عنهم.

- وحين نستمع لأناس كثيرين، قد يكون عبء ألمهم كبيراً جداً أكثر مما يستطيع الواحد منهم بمفرده أن يتحمله.
- يجب أن نحرص على ألا يسحقنا هذا العبء.

## أ. دع الرب يعتني بك:

❖ **تمرين للمجموعة الصغيرة:**

- اقرأ (الملوك الأول ١٩: ٣-٨). ما الذي فعله الله لإيليا حين تملكه التعب والاحباط؟
- اقرأ (مرقس ٦: ٣٠-٣٢). ما الذي قاله يسوع للتلاميذ بعد أن انتهوا من خدمة أناس كثيرين؟

لقد وعد الله بتعزيتنا، ومساعدتنا، وأن يتشدد من أجلنا حين نشعر بالانسحاق. وهو يعرف أننا ضعفاء. وحتى يسوع نفسه تعب وشعر بالحزن وانزعج. ويقدم لنا الكتاب المقدس أمثلة كثيرة عن عبيد الله الذين تعبوا جداً وإلى درجة لم يستطيعوا معها مواصلة عملهم. ولكن الله أولاهم عناية خاصة في ذلك الحين. خذ وقتاً في الصلاة لتعرف محبة الله التي تحيطك.

**ب. شارك همومك مع آخرين:**

خصص أوقاتاً منتظمة تقضيها في المشاركة والصلاة مع مجموعة صغيرة، أو مع شخص آخر. شارك مع آخرين ممن يبذلون جهداً في العناية بالمحتاجين، أو مع مسيحيين ناضجين. وكما أن أولئك الذين اختبروا الآلام يحتاجون إلى من يتحدثون معهم عنها، هكذا أيضاً أولئك الذين يعتنون، هم أيضاً في حاجة لمشاركة أعبائهم مع شخص ما.

**ج. شارك عبء العمل مع آخرين:**

**أسئلة للمناقشة:**

اقرأ (خروج ١٨: ١٣-٢٣). ماذا كانت مشكلة موسى؟ وكيف حلها؟

المشاركة بعبء العمل معناه قبل كل شيء التنازل عن بعض السيطرة في خدمتك. والآخرون سيعملون الأشياء بطريقة أخرى غير طريقتك، ولن تكون بعد مركز كل ما يحدث. تعرف في الكنيسة على آخرين ممن تتوسم فيهم النضج، والموهبة من ناحية

القدرة على مساعدة الآخرين. وأنه لأمر طيب أن يكون لديك فريق متوازن من الناس، من رجال ونساء، ومن أعمار ومجموعات عرقية مختلفة (رو ١٢: ٤-٨).

وعليك أن تدربهم على كيفية مساعدة الآخرين. فإنك بعملك هذا، تساعد الناس على احترام قدرتهم على مساعدة الغير. ثم إن ما تشعر به من رضاء عندئذ سينجم عن تدريبك الجيد لهم، ورؤيتك نجاحهم.

وإذا جاءك أناس من كنائس أخرى، اشرح لهم ما يحدث بالنسبة لرعاتهم أو قساوستهم حتى لا يظنوا أنك تحاول أن تسرق منهم أعضاء كنائسهم. وعليك أن تدرب هؤلاء الرعاة والقساوسة على كيفية مساعدة أصحاب القلوب الجريحة.

ساعد أعضاء الكنائس الأخرى على معرفة أن الشعب إلى جانب الراعي يمكنهم أن يساعدوه. وفي الديانات التقليدية رجل الدين وحده هو الذي يستطيع القيام بالعمل، أما في الكنيسة المسيحية، فإن أعضاء الكنيسة بوسعهم أن يخدموا بعضهم بعضاً. ساعد أعضاء الكنيسة على معرفة أنك ستكون قادراً على العمل بشكل أفضل إذا استطعت أن تأخذ وقتاً "تَسن منجلك".

**د. خذ وقتاً تقضيه بعيداً عن مشاكل العمل:**

عليك أن تحصل على فرص للراحة والابتعاد عن المصاعب والألم. لقد فعل هذا يسوع وتلاميذه. ولأن القادمين والذاهبين كانوا كثيرين، فلم تتيسر ليسوع وتلاميذه فرصة للأكل. ولذلك قال لهم يسوع: "تعالوا أنتم منفردين إلى موضع خلاء واستريحوا

قليلاً" (مرقس ٦: ٣١). وأحياناً يستغرق الأمر عدة أيام للراحة حتى يمكن التخلص من العبء.

والزوجات والأطفال جزء من الخدمة التي أعطاها الله لنا. وهم لا يشكلون عائقاً أمامها. والذين يقدمون العون للآخرين، عليهم أن يخصصوا وقتاً لزوجاتهم وأطفالهم. وفي بعض الأحيان، يكون انسحاب الأسرة إلى أحد المنتجعات أو أخذ إجازة أمراً مناسباً لكي يسترجعوا نشاطهم.

هـ. عليك الاهتمام بجسدك المادي:

- قم بالتمرين يومياً. فالتدريب يزيل الإجهاد.
- احصل على فترة كافية من النوم. والناضجون يحتاجون إلى فترة تتراوح ما بين ٧–٨ ساعات للنوم كل ليلة.
- تناول طعاماً جيداً ومغذياً. والأشياء الرخيصة نوعاً مثل الفول السوداني، البيض، الحبوب، الفواكه والخضروات متوافرة في كل مكان، حتى لو كانت النقود المخصصة للطعام محدودة. ولا تنهمك في عملك إلى درجة تنسيك تناول الطعام. ذلك أنك في حاجة إلى طعام جيد لكي تكون قوياً من الناحية البدنية حتى تستطيع العمل.

# تمرين ختامي

في مجموعات صغيرة، صف عبء العمل. كيف يمكنك أن تعتني بنفسك وبعائلتك كما تعتني بالآخرين؟

# الدرس الثامن

# استجابة: اطرح ألمك عند الصليب

## ❖ الإعداد لهذا التدريب:

**تعليمات خاصة بالقادة:**

يجب إجراء هذا التدريب قرب نهاية الحلقات الدراسية، بعد أن يكون الناس قد فكروا في جروح قلوبهم وبعد أن يشعروا بأنهم مستعدون لمشاركة آلامهم مع الله والآخرين. ويجب أن يُعمل بطريقة يعرف الناس أنهم لن يكونوا عرضة للانتقاد، وأن ما يشاركون به، لن يُستخدم ضدهم. وهو ليس طقساً سحرياً، بل طريقة لاختبار بداية شفاء الله لآلامنا. وفي كثير من الأحيان يتم عمله كجلسة مسائية.

وإعداداً لهذا التدريب، يحتاج القادة إلى عمل صليب من خشب والحصول على ورق وأقلام لكافة المشتركين في هذا التدريب. كما أنهم سيحتاجون إلى كبريت وإلى مكان في الخارج لإشعال النار في الورق. من المهم للغاية أن يشتعل الورق دون صعوبة، حتى لا يشتت الذهن عن معنى الاختبار.

وإذا لم يكن من الممكن عمل الصليب، على القادة أن يصمموا رمزاً آخر للصليب. ويكفي مجرد صليب مرسوم على صندوق. وإذا لم يكن الورق متوفراً، أو إذا كان المشتركون لا يعرفون القراءة والكتابة، فيمكن استخدام أشياء أخرى يمكن حرقها لترمز إلى آلامهم. وقد يكون

هذا ضرورياً في الأماكن التي يشعر الناس فيها أن أمنهم قد يتعرض للخطر إذا كُتبت هذه الأشياء ولو لدقيقة واحدة.

وإذا كانت الأوراق ستُسمر على الصليب، سيحتاج القادة إلى مطرقة ومسامير. أما إذا كانت الأوراق ستُوضع في صندوق تحت الصليب، سيحتاجون إلى صندوق يصلح لهذا الغرض.

سوف تُقسم المجموعة الكبيرة إلى مجموعات صغيرة مكونة من ثلاثة أشخاص أثناء التدريب لوقت يشاركون فيه بآلامهم العميقة. وسيتطلب الأمر من هؤلاء القادة أن يقرروا مقدماً ما هي أفضل طريقة لتقسيم المجموعة. وفي بعض الأحيان، يكون من المهم أن يكون الرجال مع الرجال، والقساوسة مع القساوسة، والنساء مع النساء.

وإذا كان الغرض من الحلقات الدراسية المصالحة العرقية، فإن الأشخاص من مجموعات مختلفة يجب تجميعهم معاً. وحين يثق الأشخاص في بعضهم بعضاً وبدرجة كافية للمشاركة بأعمق آلامهم، وحين يسمع كل منهم آلام الآخر، هنا يحدث الشفاء. ويجب تجميع الأطفال مع شخص بالغ واحد على الأقل. وفي بعض المواقف، يمكن للقادة أن يتركوا للمشاركين حرية اختيار الذين يتقابلون معهم. وقد يكون أمراً طيباً أن تتحدث عن هذا الاختبار في اليوم التالي، لمناقشة كيف كان شعور الناس إزاء هذا، وكيف يمكنهم عمل ذلك مع مجموعات أخرى في كنائسهم.

### ١. تعرف على جراح قلبك:

عرفنا من الكتاب المقدس أن يسوع لم يأتِ ليحمل جراحنا فقط، بل وليتحمل عنا آلامنا أيضاً. وجاء في (إشعياء ٥٣: ٣-٤) "محتقر ومخذول من الناس رجل أوجاع ومختبر الحزن ... ولكن أحزاننا حملها وأوجاعنا تحملها ونحن حسبناه مصاباً مضروباً من الله ومذلولاً".

**وجاء في (إشعياء ٦١: ١-٣)**

"روح السيد الرب عليّ

لأن الرب مسحني لأبشر المساكين

أرسلني لأعصب منكسري القلب

لأنادي للمسبيين بالعتق

وللمأسورين بالإطلاق.

لأنادي بسنة مقبولة للرب

وبيوم انتقام لإلهنا

لأعزي كل النائحين.

لأجعل لنائحي صهيون

لأعطيهم جمالاً عوضاً عن الرماد

ودهن فرح عوضاً عن النوح

ورداء تسبيح عوضاً عن الروح اليائسة

فيُدعون أشجار البر غرس الرب للتمجيد"

لقد شعر يسوع بعبء ألم البشر وخطاياهم. وهو يعرف الألم الذي في قلوبنا ونحن في حاجة لأن نطرحه أمامه عند الصليب.

**أ. اكتب أقسى آلامك:**

اطلب من الله أن يعرفك الأشياء الأليمة المدفونة في أعماق قلبك. أي منها هو الأكثر ألماً؟ أية ذكريات لا تريد أن تفكر فيها؟ سجلها كتابة على ورق. سوف نأتي بها إلى الصليب، ونحرقها فيما بعد، وعلى ذلك فما من أحد سيرى ما كتبته إطلاقاً.

كن واضحاً إلى أقصى حد ممكن. ويتوجب عليك أن تكتب أسوأ الأمور التي تتذكر، مثل:

- أشياء سيئة عُملت لك.
- أشياء سيئة عملتها أنت للآخرين، أو أحلاماً سيئة رأيتها.
- أشياء سيئة سمعت أنها حدثت لآخرين.
- أشياء سيئة ربما تكون قد عُملت لآخرين.

وهذه يجب ألا تستغرق سوى عشرين دقيقة. ومن المفيد أن يكون المرء وحده عند قيامه بذلك.

**ب. شارك بألمك مع مجموعات صغيرة:**

قسِّم المشتركين إلى مجموعات كل مجموعة من ثلاثة أشخاص. ويجب على كل شخص أن يشارك بشيء مما سبق أن كتبه على الورقة. أما الشخصان الآخران فعليهما أن ينصتا دون أن ينتقدا

أو يقدما نصيحة ما. تأكد من أن كل واحد من هؤلاء الثلاثة قد أخذ فرصته في المشاركة.

وإذا كان أحدهم لا يستطيع الكتابة، يمكنه أن يضع علامة على الورقة، أو أن يطلب من شخص آخر أن يكتب له ما يريد أن يسجله، أو يستخدم عصا كرمز لآلامه.

### ج. شارك بآلامك مع المجموعة الكبيرة:

في المجموعة الكبيرة، يجب على كل شخص أن يشارك بإيجاز بالألم الذي اختبره. كن واضحاً، ولكن لا تحك القصة كلها مرة ثانية. وعلى سبيل المثال، قد تقول: "رأيت والدي وهو يُقتل"، أو "صوَّب الجنود بندقية نحو رأسي، وكانوا على استعداد لقتلي رمياً بالرصاص".

على القائد أن يسجل هذه الأشياء على قطعة من الورق ويعلقها على الحائط، ويكون عنوانها: "أسوأ آلامنا". وعندما يفعل ذلك كل من يريد المشاركة، على القائد أن يطرح السؤال: ما الذي يمكننا عمله حيال هذه الآلام؟ وبعد ذلك يقرأ ما جاء في (إشعياء ٥٣: ٤-٦)

"لكن أحزاننا حملها
وأوجاعنا تحملها
ونحن حسبناه مصاباً
مضروباً من الله ومذلولاً.
وهو مجروح لأجل معاصينا
مسحوق لأجل آثامنا

تأديب سلامنا عليه وبحبره شفينا.
كلنا كغنم ضللنا ملنا كل واحد إلى طريقه
والرب وضع عليه إثم جميعنا".

ثم يرسم صليباً (باللون الأحمر إذا أمكن) بطول القائمة، ثم يقول: "اطرحوها عند الصليب".

وإذا تخوف الناس من كتابة هذه الأمور على قصاصة من ورق على الحائط وذلك لأسباب أمنية، أو لعدم وجود ورقة كبيرة تكفي لهذا الغرض، يمكن عمل هذا شفاهة.

**٢. اطرح جروحك وآلامك أمام يسوع:**

**أ. تحدث مع يسوع عن ألمك:**

خذ بعض الوقت لتطرح ألمك أمام يسوع. أخبره بدقة عن هذا الألم: على سبيل المثال: غضب، حزن، شعور بالوحدة، أو بالهجر. اطرح كل ما في قلبك. اخرج كل عاطفة تشعر بها نحو الألم.

**ب. اطرح ألمك عند الصليب:**

احضر الورقة التي كتبت عليها ألمك واطرحها عند الصليب. سَمرها على الصليب، أو ضعها في الصندوق أسفل الصليب. وفيما تفعل ذلك قُل: "إني أُسلِّم كل ما يؤلمني ليسوع الذي مات عني على الصليب.

ج. احرق الورق:

بعد أن يكون قد تم وضع كل الأوراق في الصندوق، أخرجها من الصندوق واحرقها. وهذا يبين لنا أن الألم الذي اختبرناه قد تحول إلى رماد (إش ٦١: ٣).

وهذه تعد مرحلة من معرفة الشفاء الذي يحققه الله وبعد ذلك، يقوم كل شخص بالصلاة من أجل الشخصين (الذي عن يمينه والذي عن يساره) من أجل أن يستمر يسوع في شفاء جروح قلبيهما.

## ٣. شارك بالأمور الحسنة التي عملها الله لك:

- ادع بعض الأشخاص للمشاركة بالطرق التي رأوا الله يعملها معهم، حتى في وسط كل المشاكل. ويمكن للقائد أن يعمل قائمة جديدة، عنوانها "الأمور الحسنة".
- اشكر الله واحمده بكلمات وترانيم لأنه يشفي جراح قلوبنا.

# الدرس التاسع

# كيف يمكننا مسامحة الآخرين؟

## ١. المغفرة الحقيقية والزائفة:

**قم بتمثيل القصص الموجزة التالية:**

١. كان "تاكو" جالساً مع صديقه "برو". وقال: "لقد ألمني صموئيل الأسبوع الماضي. وذلك أنه أمام كافة القساوسة الآخرين قال إنني لا أصلح لإلقاء العظات. ومازال قلبي يؤلمني لهذا السبب". وبعد انصراف " برو" جاء صموئيل، وقال: "أرجوك سامحني لما قلته الأسبوع الماضي. وعندئذ رد "تاكو" قائلاً: "إطلاقاً، ليس هناك ما أسامحك عنه، فإنني لا أبالي".

٢. كان القس جوب يتحدث إلى نجوسان، وهو عضو في الكنيسة. قال نجوسان: "حاولت أن أسامح والدي لقسوته عليَّ حينما كنت طفلاً، لكن الأمر صعب عليَّ". قال القس جوب: "حسناً، يتوجب عليك أن تنسى كل ما يتعلق بهذا الأمر. وإلى أن تنسى، لا يمكنك القول أنك سامحته".

٣. قام لامبو بالتدريس في فصل مدارس الأحد، وذلك في يوم الأحد الماضي بسبب غياب المدرس الأساسي. وقد أثار "سيلاسي" وهو أحد أعضاء الفصل – هياجاً كبيراً عن نقطة صغيرة كان "آبل" قد علم بها، وحاول كثيراً بشأنها. وفي وقت لاحق من ذلك الأسبوع، حين شكره

المدرس الأساسي، قال لامبو: "إني لا أرغب إطلاقاً في أن أقوم بالتدريس لهذا الفصل ثانية". لقد أخبر المدرس بما حدث وكيف أن سيلاسي قد أحرجه. وقد عرض المدرس أن يذهب مع لامبو لمناقشة الأمر مع سيلاسي. وعندما قاما بذلك فعلاً، عبر لامبو عن انزعاجه الشديد بالنسبة للجدال الذي تم في حصة الدراسة، وشعوره بالإحباط لعدم مقدرته على الإجابة جيداً، وعن خجله. وقد اعتذر سيلاسي عما بدر منه وطلب مسامحته، الأمر الذي كان لامبو يتلهف لأن يعمله.

**أسئلة للمناقشة:**

أي من هذه المواقف يظهر مغفرة حقيقية؟ ومن أي ناحية يختلف عن الموقفين الآخرين؟

## ٢. المغفرة ليست ....

- القول بأن الإساءة لا تهم.
- القول بأننا لم نتأذ بما قاله الشخص.
- التصرف كما لو أن الحدث لم يقع.
- متوقفة على اعتذار المسيء أولاً أو تغيير سلوكه.
- السماح للشخص الذي ارتكب الخطأ بألا يتحمل عاقبة عمله.
- السماح للمسيء بأن يلحق الأذى بنا أو بأناس أبرياء آخرين مرة أخرى.
- الثقة في الشخص ثانية بعد أن يلحق بنا الأذى مباشرة.

## ٣. ما هي المغفرة؟

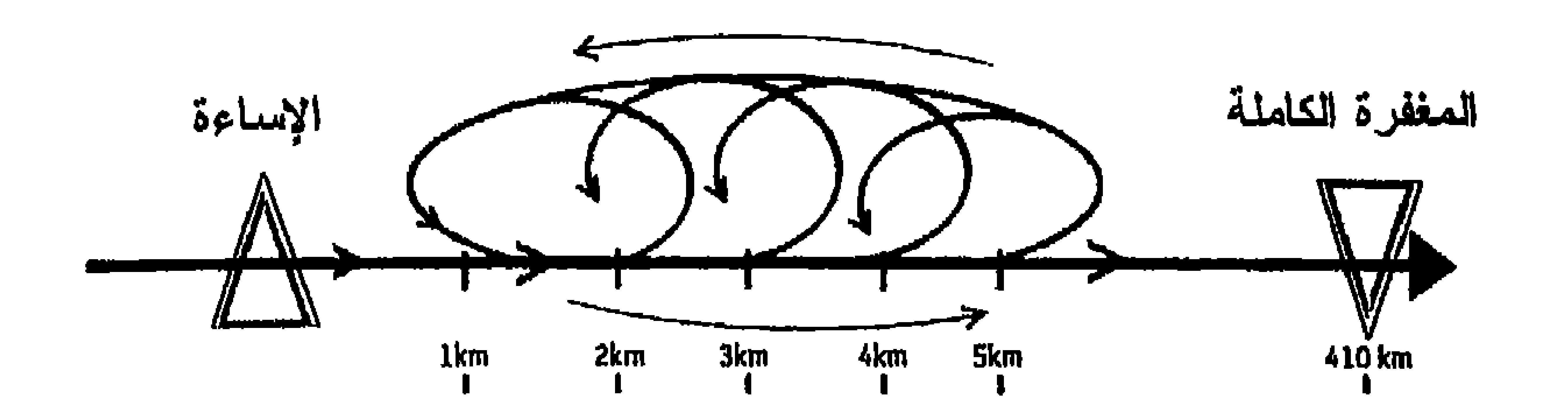
### أ. المغفرة معناها طرح الألم أمام يسوع:

مسامحة شخص ما، تعني أننا ندرك أن هذا الشخص قد أساء إلينا، وأننا قبلنا الألم الذي سببته لنا خطيته. ونحن نأتي بالألم إلى الصليب، ونتركه ليسوع. وفيما يشفي يسوع الألم، عندئذ يكون بمقدورنا مسامحة من ألحق بنا الأذى. وإذا اعتقدنا أن مسامحة الآخر أمر صعب جداً لا نستطيع عمله، فنحن على حق. فالله هو الوحيد الذي يستطيع أن يعطينا القدرة على مسامحة الآخرين.

### ب. المغفرة التامة لأذى عميق تستغرق وقتاً:

المغفرة لا تحدث في الحال. إنها تشبه رحلة نقوم بها فنضل الطريق مراراً. نحن نبدأ في العفو، ولكننا نتراجع إذ نتذكر الأذى الذي لحق بنا. ثم نعود لنغفر ثانية ربما بقدر من الجدية، وشيئاً فشيئاً نسلك طريقنا إلى المغفرة الكاملة.

وعندما نغفر لشخص ما، فإننا لا نزال نذكر ما حدث من إساءة. وفي البداية، نجد أننا مازلنا نشعر بألم مرتبط بها. وعندما يحدث هذا، نحتاج إلى أن نأخذ الأجزاء التي تؤلمنا إلى يسوع. والالتزام بالمغفرة كثيراً ما يسبق الشعور بالمغفرة، وأحياناً قبل ذلك بوقت طويل. وفيما نطرح آلامنا عند يسوع المرة تلو الأخرى، ينتهي بنا الأمر بألا نعود نشعر بعد بأي ألم عندما نتذكر الحدث. وعندئذ، بوسعنا أن نعرف أن مغفرتنا كانت كاملة.




(دورة المغفرة)

أن نغفر لشخص فهذا لا يعني أننا نثق فيه في الحال. وليس معنى أننا غفرنا لشخص ما أنه قد تغير. وحتى لو كان قد تغير، إلا أن ثقتنا فيه قد انكسرت وإعادة بنائها تستغرق وقتاً. وشيئاً فشيئاً فيما تتكون لدينا خبرات جيدة مع هذا الشخص، هنا سنبدأ في العودة للثقة فيه ثانية. ولكن الأمر قد يستغرق وقتاً طويلاً قبل أن نتمكن من الثقة فيه تماماً، إذا حدث وإن سامحناه.

ج. **المغفرة لا تتوقف على ما يعمله الشخص الآخر:**

في كثير من الأحيان نرفض المسامحة حتى يحضر الشخص الذي أساء إلينا ويعتذر. وقد نرغب في أن نرى أن الشخص قد غير سلوكه قبل أن نسامحه. ونحن – مثل يسوع – ينبغي أن نسامح الناس، حتى وإن لم يشعروا بأسف تجاه الشر الذي ارتكبوه. ولقد قال يسوع على الصليب "يا أبتاه اغفر لهم لأنهم لا يعلمون ماذا يفعلون" (لو ٢٣: ٣٤).

**د. المغفرة لا تزال تتطلب أن يواجه المسيء عواقب عمله:**

مسامحة شخص ما لا تعني أنه لن يُعاقب إذا كان قد أتى أعمالاً تستحق العقاب. ونحن نتيح لله أن يدين وينتقم (رو ١٢: ١٩-٢١). لأن الله بوسعه القيام بذلك أفضل منا. ثم إن الله أعطى القادة القوميين والتقليديين مهمة معاقبة المجرمين وحماية الأبرياء (رو ١٣: ١، ٤). وعلى الرغم من مسامحتنا لشخص ما. إلا أنه قد يكون من الضروري تقديمه للعدالة من أجل صالح المجتمع.

وعلى الرغم من أننا نسامح أعداءنا، إلا أنه يجب الدفاع عن الأبرياء ضد الأشرار أو العنف، وذلك إذا حاولوا إلحاق الأذى بهم ثانية.

والمغفرة تتطلب أيضاً أن يرد المسيء ما سبق أن أخذه، وإذا أمكن، وهناك أشياء مثل عذرية المرأة، أو حياة الإنسان، لا يمكن في واقع الأمر إعادتها. غير أنه إذا سرق أحدهم دجاجاً، عليه أن يعيده ثانية. ويجب وضع أجرة الخطية حتى وإن تطلب ذلك ثمناً فادحاً. وقد أعطانا الله مثالاً نتبعه حين دفع يسوع ثمن خطايا العالم كله على الصليب (وكان بريئاً تماماً).

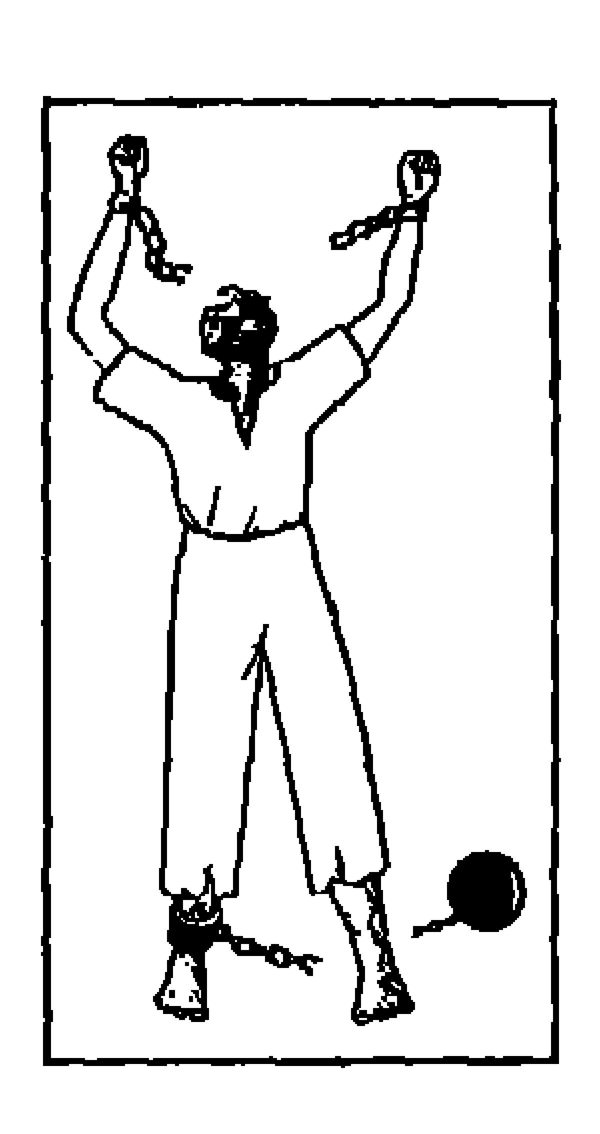
**أسئلة للمناقشة:**

كيف أن الأفكار الكتابية عن المغفرة تماثل أفكارنا التقليدية؟ ومن أية ناحية تختلف عنها؟

## ٤. لماذا يريدنا الله مسامحة الآخرين؟

### أ. المغفرة تحررنا من الغضب والمرارة:

إذا لم نغفر لمن أساء إلينا فنحن الذين سنعاني نتيجة ذلك. وغضبنا يمهد للشيطان طريقاً إلى قلوبنا (أف ٤: ٢٦، ٢٧؛ ٢كو ٢: ١٠، ١١). ونصبح عبيداً لغضبنا ومرارتنا، الأمر الذي يبدأ في تدميرنا ورفضنا المغفرة من شأنه أن يجلب علينا أمراضاً بدنية مثل الصداع، قرح المعدة، أو مشاكل القلب. وربما يجعلنا نميل إلى العنف والشر مثل أولئك الذين أساءوا إلينا. أما المغفرة فتحررنا من كل هذا. ونحن نغفر من أجل صالحنا.



**المغفرة تحررنا من قيود المرارة**

إذا لم نسامح الآخرين ننقل كراهيتنا لأولادنا. وهذا قد يؤدي إلى دورة من الانتقام والعنف بين مجموعات قد تستمر لأجيال. والمغفرة وحدها هي التي تستطيع أن تحطم هذه الدائرة.

**ب. المغفرة تتيح لله أن يغفر لنا:**

مغفرة الله لنا تعتمد على غفراننا نحن للذين يسيئون إلينا وقد جاء في (متى ٦: ١٤، ١٥) "فإنه إن غفرتم للناس زلاتهم يغفر لكم أيضاً أبوكم السماوي. وإن لم تغفروا للناس زلاتهم لا يغفر لكم أبوكم أيضاً زلاتكم" (أنظر أيضاً مرقس ١١: ٢٥).

**ج. المغفرة تبين أننا نفهم معنى ذبيحة المسيح ومعنى خلاصنا:**

وحين ندرك إلى أي مدى نسيء إلى الله بخطايانا، وكيف غفر لنا يسوع حتى ونحن بعد خطاة (١يو ٤: ١٠)، فإن أية إساءة وجهت لنا سوف تبدو صغيرة. وسوف نريد أن نمد هذه المغفرة لتشمل آخرين (أف ٤: ٣٢؛ مت ١٨: ٢١-٣٥).

**د. المغفرة تتيح لنا أن نتصالح مع أولئك الذين أساءوا إلينا:**

إلى أن نغفر لأولئك الذين أساءوا إلينا ستظل علاقتنا متوترة. والمغفرة تتيح استعادة علاقتنا بهم. وعلى الرغم من ذلك فإن الاستعادة الكاملة تتطلب التوبة والمغفرة من كلا الجانبيين.

**هـ. المغفرة يمكن أن تغير الشخص الذي أساء إلينا:**

مسامحة شخص ما قد تكون بداية هداية الله لهذا الشخص إلى التوبة. في أعمال ٧، وفيما كان استفانوس على شفا الموت، غفر لأولئك الذين كانوا يقتلونه. وكان بين هؤلاء الناس شاول، والذي أصبح فيما بعد بولس الرسول (أعمال ٧: ٦٠ – ٨: ١).

❖ **مناقشة المجموعة الصغيرة:**

ما هو أصعب شيء تجده في مسامحتك لشخص ما؟ وما أكثر شيء ساعدك على أن تغفر للآخرين؟

## ٥. كيف يكون الحال إذا كنا نحن مَن ارتكب الإساءة؟

### أ. كيف نتوب؟

- نتيح لروح الله أن يبين لنا كيف أن خطايانا تؤلمه وتؤذي الآخرين. وقد يحزننا هذا، بل وقد يحملنا على البكاء فيما يحزن الله قلوبنا (يعقوب ٤: ٨-٩). وهذا الحزن يمكن أن يكون خيراً لنا: "لأن الحزن الذي بحسب مشيئة الله ينشيء توبة لخلاص بلا ندامة. وأما حزن العالم فينشيء موتاً". وكل من بطرس ويهوذا كان حزيناً لأنه أنكر يسوع، لكن حزن بطرس قربه أكثر إلى الله، أما حزن يهوذا فقد قاده إلى أن يقتل نفسه.
- نحن نتحمل مسئولية ما عملناه، ونذكر خطيتنا بوضوح.
- نطلب من الله أن يغفر لنا، ثم نشعر بأنه فعل هذا (أعمال ٣:١٩؛ ١يو ١:٩).
- نطلب من أولئك الذين أسأنا إليهم أن يغفروا لنا، دون الدفاع عن أنفسنا، أو إلقاء اللوم عليهم. ويجب أن نطلب المغفرة بطريق تبين لكل الذين تأثروا بخطيتنا أننا قد تبنا بالفعل. وعلى سبيل المثال، إذا كنا قد وجهنا إهانة إلى شخص ما أمام آخرين، فيجب أن نطلب المغفرة أمام هؤلاء الآخرين أيضاً.

- وإذا كنا قد تبنا من قلوبنا، سوف نبين ذلك من الطريقة التي نتصرف بها (أعمال ٢٦: ٢٠ب).
- وقد تتضمن التوبة إعادة ماسبق أخذه (عد ٥: ٥-١٧).

**أسئلة للمناقشة:**

ما هي التقاليد التي لدينا والتي تساعدنا على التوبة ومسامحة الآخرين. وما هي التقاليد التي لدينا والتي تعوق توبتنا ومسامحتنا الآخرين؟

**ب. كيف تساعد الكنيسة الناس على التوبة؟**

كُلف قادة الكنيسة أن يرعوا الحياة الروحية لأعضائها (٢بط ٥: ٢-٣). وإذا أخطأ عضو ولم يستمع لأولئك الذين تحدثوا معه عن خطيته، يجب على قادة الكنيسة أن يتحدثوا معه في هذا الخصوص (متى ١٨: ١٥-١٧)؛ (غلاطية ٦: ١).

وإذا رفض هذا الشخص التوبة رغم الجهود المتكررة، يجب أن يُستبعد من الكنيسة (١كو ٥: ٤-٥، ١١). وهذه عملية مؤلمة جداً. والغرض منها حماية نقاء الكنيسة (١كو ٥: ٦-٧). ولدفع الشخص إلى التوبة. وحتى بعد استبعاده من الجماعة، ينبغي على القادة الاستمرار في محاولة مساعدته على التوبة.

**أسئلة للمناقشة:**

كيف نتعامل – ككنيسة – مع الأعضاء حين يخطئون؟ وهل ساعدهم هذا على التوبة؟

# تمرين ختامي

- اطلب من أحد المشاركين أن يقرأ الآيات التالية بصـوت عـالٍ، واذكـر النقطة الرئيسية:

| | |
|---|---|
| أفسس ٤: ٣٢ | متى ١٨: ٢١-٢٢ |
| متى ١٨: ٣٥ | رومية ١٢: ١٤ |

- اطلب فترة صمت مدتها خمس دقائق، لتطلب من الله أن يعرفـك بأيـة خطايا تكون في حاجة إلى التوبة عنها. اعترف بهذه الخطايـا إلـى الله، وتقبل مغفرته، وفي نهاية الوقت المخصص اقرأ بصوت عالٍ ما جاء في يوحنا الأولى ١: ٩.
- خذ خمس دقائق أخرى لتفكر في أي شخص تحتاج إلى مسامحته.
- تشاركوا معاً بما بيَّن لكم الله عن المغفرة.
- احمدوا الله بالكلمات وبترنيمة لأنه غفر لنا وأعطانا القدرة على أن نغفـر للآخرين.

## الدرس العاشر

# كيف يمكننا أن نعيش كمسيحيين وسط الصراع؟

استخدم هذا الدرس إذا كانت منطقتكم تشهد توترات عرقية. واستخدمه بعد الدرس الذي تناول موضوع المغفرة، وقبل الاحتفال الختامي.

### ١. الحياة المسيحية في وسط الصراعات:

ظلت مجموعات ثقافية ودينية متعددة تتصارع في ديرالا على جزء صغير من الأرض، وأصبحت تتعامل معاً الآن بناء على اتفاق لاقتسام السلطة، وهو اتفاق لم يتم التوصل له بسهولة. ظل القتال مستمراً لسنوات طويلة، وفي مرات مختلفة مالت الكنائس التقليدية والإنجيلية المختلفة إلى مساندة أحزاب سياسية مختلفة. العديد من الأسر فقدت أحد أعضائها حين قتل أو جرح على يد إحدى المجموعات الأخرى. اعتاد الآباء والأمهات أن يعلموا صغارهم منذ سن مبكرة أن المجموعات الأخرى بالغة الخطورة ولا يمكن الوثوق بها. بعض المدن كانت مسكونة من قبل مجموعة واحدة وفي العاصمة كانت كل مجموعة تسكن في منطقة مختلفة من المدينة.

كان جبريل معلماً مسيحياً من واحدة من الكنائس التقليدية، ولأنه أحد أعضاء لجنة التنمية تم اختياره للذهاب لجمعية دولية خيرية في العاصمة.

كان فادي ينتمي إلى الكنيسة الإنجيلية، والتي كان راعياً فيها لبضعة سنوات. وتم اختياره هو أيضاً للذهاب لنفس الاجتماع مع نفس الهيئة.

كان هناك ٢٥ شخص من ديرالا في هذا الاجتماع، كان بعضم من المجموعات المسيحية بينما كان البعض الآخر من مجموعات دينية أخرى. جلس أعضاء المجموعات المسيحية معاً مع مجموعتهم بعيداً عن المجموعات الأخرى. وحاولوا بقدر الإمكان التظاهر بأن الناس الآخرين غير موجودين. بعد يومين طُلب من جبريل وفادي أن يعملا في لجنة من أربعة أشخاص. في البداية لم يكن جبريل وفادي يتحدثان إلى بعضهما بشكل مباشر، ولكن باستمرار الاجتماع بدأ كل منهما يهتم أكثر بالموضوع فبدأ النقاش يتزايد بينهما وصارا يتفاعلان ويتحدثان معاً.

مع نهاية الاجتماع واصل جبريل وفادي التحدث معاً واكتشفا أنهما مسيحيين! في البداية كان كل منهما ينظر للآخر على أنه شخص لا يمكن الوثوق به، وأنه ليس مثالا يحتذى فيما يتعلق بالحياة المسيحية. لحسن الحظ تمكن الرجلان من التحدث عن بعض الطرق التي يمكنهما بها أن يجلبا بعض التصالح بين مجموعتيهما. ولكن في البداية كان عليهم التحدث عن الكثير من الأمور التي تعلموها عن بعضهم منذ الصغر. وحالا اكتشفا أن بعض الأمور لم تكن صحيحة وأن هناك الكثير من الأمور التي يمكنها أن تكون أرضية مشتركة بينهما.

## الصراع العربي الإسرائيلي:

### تخيل هذا الموضوع:

اسمك موسى روزنبرج، وكان أجدادك يعيشون في بولندا سنة ١٩٤٠ حين قام الألمان بغزو بولندا، وجمعوا كل اليهود لإرسالهم إلى معسكرات الموت. وكان لجديك ستة أطفال. وعند الغزو، كان ابنهما جوشوا البالغ من العمر عشر سنوات غائباً، حيث كان يقوم بزيارة عائلة أخرى. وكانت هذه عائلة كاثوليكية. واستطاعوا المحافظة على سلامة هذا الصبي بأن اطلقوا عليه اسماً جديداً، وزودوه بشهادة ميلاد مزورة. وعندما انتهت الحرب، اكتشف جوشوا أن والديه وجميع إخوته وأخواته قد قُتلوا في معسكرات الموت التي أقامها الألمان.

جوشوا، والدك، هاجر إلى أمريكا بعد الحرب، وانضم إلى مجتمع يهودي كبير في نيويورك. وفي سنة ١٩٤٨، شهد المجتمع اليهودي الكثير من الإثارة عندما أُعلنت إسرائيل دولة.

وأخيراً أصبح للشعب اليهودي وطنه الخاص الذي بوسعه أن يدافع عنه قانوناً ضد المعتدين. وقد أصبح أخيراً في وسعهم أن يزوروا بحرية وطنهم بلاد أجدادهم. وقرر جوشوا، مع مجموعة من الشباب الآخرين أن يتوجهوا فوراً لإسرائيل. وكانت لحظة رائعة، تلك التي وصلوا فيها إلى بلادهم، غير أنه في غضون أسبوعين، وجدوا أنفسهم في قتال للدفاع عن بلادهم ضد الأمم العربية المحيطة والتي تريد بقاء دولة إسرائيل الجديدة هذه.

كان جوشوا في غاية الشجاعة وقد حارب بقوة. وبعض الرجال الذين كانوا يُقاتلون إلى جواره مباشرة قد لقوا حتفهم، أما هو فقد كُتبت له النجاة، وكسبت إسرائيل الحرب. وبشكل تدريجي استقرت دولة إسرائيل، وترك جوشوا الجيش

وأصبح من رجال الأعمال الناجحين. وفي سنة ١٩٥١ تزوج مريم وأنجبا ثلاثة أبناء وابنتين، وكنت أنت أصغرهم جميعاً. وكان هذا سنة ١٩٦٧، وطوال طفولتك كنت تطلب من أبيك مراراً وتكراراً أن يحدثك عن الحرب التي اندلعت في هذه السنة، حين استعادت إسرائيل أورشليم كلها وأجزاء أخرى من البلاد، مثل هضبة الجولان. وأنت كنت فخوراً جداً بأن والدك وأخاك الأكبر اشتركا في تلك الحرب.

والآن، ها أنت متزوج ولك أطفالك. وقمت بالخدمة العسكرية لمدة سنتين، وتعرف كيف تحمس نفسك وبلادك. وها أنت تقرأ كل يوم صحيفة "جيروساليم بوست" وتسمع عن هجمات الإرهابيين الفلسطينيين. وأنت تعرف من كل قلبك أن أمماً كثيرة اضطهدت اليهود في الماضي. وأنه يتوجب عليك أن تكون قوياً للدفاع عن أرضك. وأنت تسمع نفس الرسالة في المجمع المحلي مساء كل يوم جمعة.

**والآن لنترك هذا ونتخيل الوضع التالي:**

اسمك ياسر حسن. وقد نشأ أجدادك في قرية أبو جاف التي تقع غربي أورشليم. ثم إن والديهما وكذلك ثلاثة أجيال من قبلهما عاشوا في هذه القرية. وكان يرعون الماعز على سفوح التلال ويزرعون بعض المزروعات حول بيتهم الحجري. وكان لأجدادك الكبار عشرة أطفال، وفي سنة ١٩٤٨ كان معظمهم قد أصبحوا شباناً يافعين، ولكنهم كانوا لا يزالون يعيشون في نفس هذه القرية. أما والدك حسن فكان الابن الأوسط. وفي سنة ١٩٤٨ كان قد تزوج منذ عهد قريب، وقد رُزق بمولود في نفس هذه السنة. وقد سمعت هذه العائلة أن اليهود كانوا في طريقهم لدخول أرضهم. وفجأة، سمعوا ذات يوم أصوات البنادق ومدافع الهاون. وفي ذات الوقت، بدأ القادة الفلسطينيون يجمعون الشباب لكي يذهبوا ويدافعوا

عن أرضهم. فترك حسن واخوته جميعاً القرية للذهاب ومقاتلة اليهود. وبعد أيام قلائل وصل اليهود إلى القرية وطردوا كل السكان، بعد أن دمروا المنازل والحقول. وبعض أفراد هذه العائلة الكبيرة فروا إلى لبنان، والبعض الآخر إلى قرية في الضفة الغربية اسمها "محلة" على مقربة من حبرون. وبعد أن وضعت الحرب أوزارها، كان ثلاثة من إخوة حسن قد ماتوا، لكن حسن نفسه كان لايزال على قيد الحياة. وقد بحث عن زوجته وطفله لأسابيع كثيرة. وأخيراً عثر على زوجته في بلدة "محلة"، ولكن الطفل كان قد توفي بسبب مرض ألَّم به نتيجة البرد والمطر عند طردهما خارج القرية. وقد استقر حسن وزوجته في القرية وشرعا يرتبان لاستقرار حياتهما. وكانا لايزالان يتوقان إلى قريتهما القديمة، كما كانا يزورانها عندما تحين فرصة حيث يستقلان حافلة إلى أورشليم. وكل ماتبقى منها هو أساسات البيوت الحجرية. كما كانا يزوران أيضاً أقاربهما في معسكر للاجئين في لبنان. وهناك كانت لدى العائلة صوراً كبيرة للقرية تُعرض في مكان عال. وكان يتم تعليم الأطفال – هذا هو وطننا الحقيقي.

ولقد وُلدت سنة ١٩٦٧، سنة الحرب التي شكلت كارثة للحرب. وكم حدثك والدك عن اليوم الذي استولى فيه اليهود على الضفة الغربية برمتها. كما حدثك أيضاً عن الوقت الذي فقد فيه العرب السيطرة على جزء من مدينة القدس. وفي كل مرة يتوجه والدك لزيارة القدس لزيارة الجامع الشريف، كان يعود إلى البيت غاضباً لأنه كان لابد عليه من أن يمر عبر نقطة تفتيش إسرائيلية ليصل إلى هناك. أما الآن، فإنك متزوج ولديك ثلاثة أبناء. وأكبرهم في السابعة عشر من عمره، وهو – مع زملائه – يستغلون كل فرصة لقذف رجال الشرطة الإسرائيليين في المدينة بالحجارة. وجميعكم تعرفون أن اليهود يشكلون قوة احتلال، وقمعونكم دون وجه حق. وأنتم تريدون أن تكونوا أحراراً وتعودوا إلى قريتكم.

❖ **مناقشة للمجموعة الصغيرة:**

- اذكر بعض أسباب وجود صراع عميق بين اليهود والفلسطينيين.
- كيف يمكنك أن تحاول أن تحمل موسى وياسر على أن يتفهم كل منهما وجهة نظر الآخر.

## ٢. اذكر بعض أسباب الخلاف بين الجماعات؟

**الرغبة في الموارد:**

وراء كل نزاع تجد الرغبة في الحصول على شيء بشدة حتى أننا نرغب في القتال في سبيله (يعقوب ٤: ١-٣). فقد نحارب من أجل الأرض أو المياه. وقد يتملكنا الطمع ونريد جزءاً أكبر من نصيبنا من الموارد، أو الخوف من أن يأخذ منا الآخرون ما لدينا.

**حكومات غير فعَّالة:**

لقد أقام الله الحكومات حتى يحصل الناس على العدل (رو ١٣: ١-٤). وعندما لا تقوم الحكومات بواجبها وتنتشر المعاناة بين الشعب، يأتي وقت يثور الشعب فيه. وفي أوقات عدم الاستقرار السياسي، تعود النزاعات القديمة بين الجماعات إلى الظهور لأنه لا يوجد من يضع لها حداً.

**مثيري الشغب:**

بعض الأفراد، مثل هتلر، يستطيع بمفرده أن يثير أمماً بأسرها للدخول في الحرب. كما أنه بمقدور الصحف والإذاعة أن تشعل أيضاً نيران

الكراهية. وسرعان ما نجد الناس يقتلون بعضهم بعضاً دون أن يعوا حقاً سبب ذلك، وتبدأ دائرة العنف. وإذا دارت هذه الدائرة فما من شيء يستطيع إيقافها سوى المغفرة التقليدية.

**تراث من التحيزات:**

يرث الأطفال عن والديهم التحيزات ضد الجماعات الأخرى وكراهيتها. وعندما نقول في ذهننا: "الناس الذين ينتمون للجماعة الأخرى تراهم دائماً .....", فإننا نعبر بذلك عن تحيز ما. والتحيزات تصور كافة أعضاء الجماعة الأخرى كما لو أنهم جميعاً أشرار. والتحيزات تحول دون أن يكتشف الناس حقيقة الجماعة الأولى. وإذا فعلوا ذلك، يكتشفون أن تحيزاتهم كانت مجحفة. وكل مجموعة تضم الصالحين والطالحين.

وفي أوقات النزاع، يُلقي اللوم على الجماعة الأخرى بأنها السبب في كل المشاكل. ولكي تتمكن الجماعة الأخرى من قتلهم دون الشعور بالذنب، فإنها تصور الجماعة الأخرى بأنها تتكون من أناس لا يُعتبرون حتى من البشر.

وفي غضون ذلك، يرى الناس مجموعتهم على أنهم الأسمى، وأن من حقهم أشياء معينة، مثل الأرض أو المكانة الاجتماعية. وعلى سبيل المثال، قد ترى أن من حقها أن تقدم لها جماعة أخرى الاحترام وتقوم بخدمتها لأن أهلها كانوا عبيداً لهم في السابق.

**أسئلة للمناقشة:**

- هل هناك نزاعات في مجتمعك أو بلادك؟ ما هي جذور هذه الصراعات؟
- هل ورثت أية تحيزات ضد جماعة أخرى؟ وهل بوسعك أن تذكر أي دليل يثبت أن هذه التحيزات ليست صحيحة؟
- كيف يصف الآخرون جماعتك؟ ما هو الدليل الذي قد يكون لديهم لبيان صحة هذا الوصف؟

## ٣. كيف يمكننا أن نعيش كمسيحيين في وسط الصراع؟

الله يدعو المسيحيين ليكونوا ملحاً ونوراً، حاملين الأخبار السارة عن يسوع المسيح إلى الأوضاع الشريرة والمظلمة (متى ٥: ١٣-١٦؛ فيليبي ٢: ١٤-١٦). وعلى المسيحيين أن يجددوا أذهانهم بالمسيح. وهذا معناه أنهم يتصرفون بشكل مغاير عن تصرف غير المسيحيين (رو ١٢: ١-٢). وهذا هو طريق النعمة، ولكنه ليس بالطريق السهل. فهو يتطلب قراراً يومياً وعن وعي كامل.

### أ. يجب أن نعرف سيادة الله:

جاء في متى ١٠: ٢٨-٣١ "ولا تخافوا من الذين يقتلون الجسد ولكن النفس لا يقدرون أن يقتلوها. بل خافوا بالحري من الذي يقدر أن يهلك النفس والجسد كليهما في جهنم. أليس عصفوران يباعان بفلس وواحد منهما لا يسقط على الأرض بدون أبيكم. وأما

أنتم فحتى شعور رؤوسكم جميعها محصاة. فلا تخافوا. أنتم أفضل من عصافير كثيرة"

فإنه لا يمكن أن يموت ولو طائر صغير بدون إرادة الله. ومعرفتنا بهذا تجعلنا على ثقة من أنه أياً كان ما يحدث لنا فإنه يكون بحسب مشيئة الله.

وحتى لو عُمل الشر، فإنه يكون في إطار خطة الله الكبرى. ويتوجب علينا أن ننظر إلى ما بعد فعل الشر، نرى يد الله في الوضع. لقد تألم كل من يوسف ويسوع، لكن الله استخدم آلامهما من أجل الخير (تك ٤٥: ٥-٧، أعمال ٣: ١٣-١٥). فالله يعمل، على الرغم من نوايا البشر الشريرة.

ويجب أن ندرك أن حياتنا ليست ملكاً لنا. فالله يعرف تاريخ موتنا حتى قبل أن نُولد (مز ١٣٩: ١٥-١٦). فإذا كنا قد ظللنا على قيد الحياة في الوقت الذي توفي فيه آخرون، فما ذلك سوى لأنه لدى الله قصد من حياتنا (أستير ٤: ١٣-١٤؛ ٢تس ١١:١-١٢).

**ب. علينا أن نكون مستعدين للتخلي عن كل شيء ماعدا المسيح:**

في أوقات الصراع، فكل شيء يعرف هويتنا قد يؤخذ منا: أفراد عائلتنا، بيوتنا، ممتلكاتنا، عملنا، حياتنا نفسها. والمسيح فقط هو الذي لا يمكن أن يُؤخذ منا. وقد جاء في "بطرس الأولى ١: ٣-٥" "مبارك الله أبو ربنا يسوع المسيح الذي حسب رحمته الكثيرة ولَدنا ثانية لرجاء حي بقيامة يسوع المسيح من الأموات. لميراث

لا يفنى ولا يتدنس ولا يضمحل محفوظ في السموات لأجلكم. أنتم بقوة الله محروسون بإيمان لخلاص مستعد أن يعلن في الزمان الأخير". ويتوجب علينا أن نتخلى طواعية عن التحيزات الثقافية التي نشأنا في ظلها. والسبل القديمة للحكم على الآخرين يجب أن تبطل، لأنها دينونة وتسبب الانقسامات. وجاء في رسالة كورنثوس الثانية ٥: ١٦-١٨ "إذاً نحن من الآن لا نعرف أحداً حسب الجسد. وإن كنا قد عرفنا المسيح حسب الجسد لكن الآن لا نعرفه بعد. إذاً إن كان أحد في المسيح فهو خليقة جديدة. الأشياء العتيقة قد مضت. هوذا الكل قد صار جديداً. ولكن الكل من الله الذي صالحنا لنفسه بيسوع المسيح وأعطانا خدمة المصالحة".

ويجب أن تكون رغبتنا الوحيدة هي أن نعرف المسيح، وأن نساعد الآخرين على معرفته (غل ٢: ٢٠؛ في ١: ٢١؛ ٣: ٨). ولقد افتدانا المسيح من كل شر في حياتنا الماضية (١بط ١: ١٧-١٩).

وينبغي علينا التخلي عن أية حقوق نعتقد أنها لنا كأعضاء في جماعتنا. والله لا يحابي أحداً، وهو يقبل كافة الشعوب وعن تفرقة (أعمال ١٠: ٣٤؛ رو ٢: ٩-١١). ونحن الآن ننتمي إلى شعب جديد مع مؤمنين آخرين كلهم متساوون (١بط ٢: ٩؛ أف ٢: ١٨-٢٢؛ رؤ ٥: ٩-١٠). ولقد قدم المسيح مثالاً لنا لنقتدي به وذلك عندما تنازل عن حقوقه كإله من أجل أن يخلصنا (فيلبي ٢: ٥-١١).

وكل شيء نضحي به من أجل المسيح سنُجازى عنه بمائة ضعف (مت ١٩: ٢٩؛ لو ٩: ٢٣)، ولكن العملية ليست سهلة.

**ج. لا يجب أن نلجأ إلى الأخذ بالثأر، بل نظهر المحبة:**

جاء في رومية ١٢: ١٩-٢١ "لا تنتقموا لأنفسكم أيها الأحباء بل أعطوا مكاناً للغضب. لأنه مكتوب لي النقمة أنا أجازي يقول الرب. فإن جاع عدوك فأطعمه. وإن عطش فاسقه. لأنك إن فعلت هذا تجمع جمر نار على رأسه. لا يغلبنك الشر بل اغلب الشر بالخير".

ونحن كمسيحيين، لم يُعد من مسئوليتنا بعد أن ننتقم لأنفسنا أو لعـائلاتنا عن المظـالم التي تلحق بنا. ومن واجبنا أن نظهر المحبة، وأن نتيح لله معاقبة الآخـرين (مت ٥: ٣٨-٤٢). والانتقام لا يأتي بالسلام لقلوبنا أو يعيد لنا ما فقدناه، بل من شأنه أن يديم دوامة العنف.

وحياة كل إنسان لها قدسيتها لأنها تعكس صورة الله (تك ١: ٢٧). وليس لنا أن نشوه صورة الله أونسيء معاملتها.

والله – من خلال الحكومات – يعمل لتحقيق العدل، ومعاقبة فاعلي الشر ، وحماية الأبرياء. وجاء في رومية ١٣: ١ "تخضع كل نفس للسلاطين القائمة، لأنه ليس سلطان إلا من الله والسلاطين الكائنة هي مرتبة من الله. حتى إن من يقاوم السلطان يقاوم ترتيب الله والمقاومون سيأخذون لأنفسهم دينونة ..... إذ هو خادم الله منتقم للغضب من الذي يفعل الشر" (رو ١٣: ١-٢، ٤/ ب).

وحتى عندما تكون الحكومة ظالمة ولا فاعلية لها لا يجب أن نتجاهل القانون ونأخذ حقنا بأيدينا. وأقوى شيء عمله يسوع هو أنه جعل نفسه في متناول أعدائه (بطرس الأولى ٢: ٢١-٢٣). ولقد تحدى الحكومة أناس مثل غاندي في الهند، ومارتن لوثر كنج في الولايات المتحدة الأمريكية، وذلك بالتصدي للشر دون استخدام العنف. وكان من شأن هذه الحركات أن صححت المظالم المنتشرة بفاعلية أكثر مما كانت ستحقق باستخدام العنف، والذين قاموا بهذه الحركات لم يُتهموا بسفك الدماء.

**د. يجب أن نستمد القوة من الله:**

في أوقات الصراع، نحتاج إلى أن نكون قريبين من الله وعلينا أن نقرأ الكتاب المقدس بشكل منتظم (٢تي ٣: ١٦-١٧؛ رو١٢: ١-٢). ونحن في حاجة إلى قضاء وقت في الصلاة وأن نلقي على الله آلامنا وهمومنا، ونقبل سلامه في قلوبنا (في ٤: ٦-٧).

وكتابة مرثاة عن اختباراتنا قد يساعدنا على التعبير عن ألمنا لله. وقد نحتاج إلى قضاء وقت في عزلة "على الجبل" مع الله لاسترداد عافيتنا (مر ٦: ٣١؛ ٤٥-٤٦). والروح القدس سيساعدنا حتى في ضعفاتنا (أعمال ١: ٨؛ ٢كو ١٢: ٩-١٠).

وينبغي علينا اللقاء مع مسيحيين آخرين، ونتشارك بألمنا، ونصلي من أجل بعضنا بعضاً (عب ١٠: ٢٥؛ يعقوب ٥:١٦). وعلينا أن نحرص على عدم الكلام عن الوضع بطرق من شأنها أن تزيد من المرارة (١كو ١٤: ٢٦).

## ٤. كيف نساعد على تحقيق المصالحة؟

### أ. يجب أن نكون حلقة الوصل بين الجماعات المتناحرة:

لقد خلقنا الله لنكون كائنات اجتماعية. ونحن بالطبيعة نريد، بل ونحتاج إلى الانتماء إلى مجموعة ما وفي أوقات النزاع قد يتطلب الأمر منا التضحية بحاجتنا إلى الانتماء ونصبح حلقة اتصال بين الجبهتين المتصارعتين. وعلى سبيل المثال، يتوجب علينا المشاركة بالطعام والإمكانيات مع أولئك الذين هم في حاجة، بغض النظر عن الجانب الذي ينتمون إليه. وهذا قد يعرض حياتنا للخطر. وأن "أعداءنا" قد يريدون قتلنا لأننا أعداءهم. غير أن إخوتنا أيضاً قد يرغبون في قتلنا لأننا صادقنا العدو. وأعضاء العائلة القريبون قد يدينوننا أيضاً.

والله يدعونا إلى أن نحب أعداءنا (متى ٥: ٤٣-٤٨). وعندما تفعل هذا، لن يكون هناك أعداء لنا. وكافة الناس يصبحون إخوة لنا.

وإذا لم نكن نعرف أي صناع سلام آخرين، قد نكون وحدنا مع الله باعتباره صديقنا الوحيد (مت ٥: ٩). وقد نشعر تمــاماً بأننا غــرباء في هذا العـــالم (ابط ١: ٢؛ عب ١١: ١٣-١٦).

وباعتبارنا همزة الوصل بين الجماعتين، فنحن في حاجة إلى محاولة فهم الألم الذي يختبره كل طرف من طرفي الصراع من وجهة نظره. وبعد ذلك، بوسعنا مساعدة كل طرف على تفهم الألم

الذي يشكو منه الطرف الآخر، وعلى أن يتخلى عن تحيزاته وينظر إليهم باعتبارهم من البشر.

وإذا استمعنا أكثر من اللازم من أحد الأطراف، ولم نتعرف إلا على وجهة نظره فقط، هنا يحتاج الأمر منا أن نقضي وقتاً مع الطرف الآخر لنتعرف على وجهة نظره هو أيضاً.

**ب. يتوجب علينا قيادة الناس إلى المسيح حتى يجدوا الشفاء ويتوبوا عن خطاياهم:**

لقد أعطانا الله خدمة مصالحة الناس مع المسيح (٢كو ٥: ١٧-٢٠). وحينما يوجد صراع لابد وأن يشعر الناس بجروح في قلوبهم. وهؤلاء يجب الإتيان بهم إلى المسيح حتى يشفي آلامهم. وعندما يخطئ الناس ضد آخرين، يتوجب عليهم أن يتوبوا ويطلبوا من الله ومن أولئك الذين ألحقوا بهم الأذى، أن يغفروا لهم.

**ج. يجب أن نساعد الناس على أن يتوبوا عن خطايا جماعتهم:**

وأسوأ الأمور التي تحدث في العالم لا يتسبب فيها الأفراد بل الجماعات: جماعات عرقية، حكومية، تابعة للكنائس. وحتى وإن لم يكن لنا بصفة شخصية علاقة في إحداث المعاناة، فإننا كأعضاء في جماعتنا، تجدنا في حاجة إلى التوبة أمام الله عن الآلام التي كانت مجموعتنا هي السبب فيها. ثم علينا أن نطلب مسامحة أولئك الذين ألحقنا بهم الأذى، وذلك نيابة عن مجموعتنا. ونقرأ في الكتاب المقدس أن دانيآل، ونحميا وعزرا

فعلوا هذا جميعاً نيابة عن شعبهم (دا ٩: ٤-٨؛ نح ٩: ٢-٣٦؛ عز ٩: ٩-١٥؛ لا ٢٦: ٤٠). وتوجد أيضاً أمثلة حديثة كثيرة من أناس يفعلون هذا في أيامنا هذه. لقد طلب الأمريكيون من أهل البلاد الأصليين مسامحتهم، وطلب الألمان من الهولنديين مسامحتهم عن الآلام التي ألحقوها بهم أثناء الحرب العالمية الثانية. وكذلك البيض في جنوب أفريقيا طلبوا من السود أن يسامحوهم. وجرت العادة أنه عندما تتوب مجموعة وتطلب المغفرة، نجد أن الجماعة الأخرى تتوب أيضاً، وينجم عن هذا المصالحة بين الجانبين.

**د. يجب على الجماعات أن تناقش مشاكلها صراحة وتجد لها حلولاً:**

عندما تشفي جراح القلوب، هنا يتوجب مواجهة المشكلة الحقيقية التي نشب بسببها الصراع. ويحتاج الناس إلى أن يعملوا معاً، يعطون ويأخذون، ويجدون حلولاً عادلة ومقبولة من الجميع. وليست هناك مشاكل لا تحتاج إلى اهتمام بحجة أنها صغيرة. فمهما كانت المشكلة صغيرة فإنها يمكن أن تكبر إذا لم يتم حلها.

**هـ. لنحتفل بالمسيح، وبالوحدة التي حققها:**

عندما كسر المسيح الحدود التي بيننا، فمن ثم يتطلب الأمر منا أن نحتفل به ونحمده (أف ٢: ١٤). فهو الرب. وهو الذي يحررنا من أكاذيب العدو وفخاخه.

## تمرين ختامي

اقرأ هذه القصة عن التوترات العرقية في الكنيسة الأولى. ثم قم بتمثيلها. قسم المشتركين إلى ثلاث مجموعات: اليهود الوطنيون، اليهود الغرباء، والرسل. وعلى اليهود الوطنيين، واليهود الغرباء أن يعرضوا قضيتهم على الرسل كل في دوره. ثم بعد ذلك يمكن للرسل أن يصدروا قراراتهم. وأخيراً تتم مناقشة الأسئلة التي في نهاية القصة.

قبل ميلاد المسيح بأكثر من خمسمائة سنة، قامت الدول القوية: الأشورية، والبابلية، والفارسية بهزيمة إسرائيل. ولكي لا تعطي فرصة لإسرائيل لتسترد قوتها، قامت بسبي معظم الشعب لكي يعيشوا في بلادهم. وفي الوقت الذي وُلد فيه يسوع، كان كثيرون من اليهود يعيشون خارج وطنهم لمئات من السنين. وكانوا يتكلمون اللغة اليونانية، وهي اللغة التي كانت شائعة في ذلك الحين، وكانوا يعيشون مثل اليونانيين، ولكنهم كانوا يهوداً أتقياء، استمروا يعبدون الرب الإله. وكانوا يقومون بزيارات لوطنهم كلما أُتيحت لهم الفرصة لذلك، وكانوا يعتقدون أنه أمر طيب أن يُدفنوا هناك في وطنهم. أما كبار السن فكانوا يفضلون العودة إلى إسرائيل حتى إذا جاءتهم المنية دُفنوا هناك. وفي كثير من الأحيان كان الزوج هو الذي يموت أولاً، تاركاً أرملته في حاجة إلى من يتكفل بها.

وفي غضون ذلك، واصل اليهود الذين لم يتركوا إسرائيل طوال هذه السنين التكلم بلغتهم وممارسة تقاليدهم الثقافية. وكانت الحياة صعبة بالنسبة لهم، ولكنهم كانوا يجاهدون ويثابرون. وكانوا يشعرون بأنه بالنظر إلى أنهم لم

يتركوا أرضهم إطلاقاً أو يتخلوا عن تقاليدهم، فإنهم الأفضل في نظر الله. وكانوا يحتقرون اليهود الأجانب.

ومن بين تقاليدهم العناية بالأرامل. والعشور التي كانوا يقدمونها لله كانت تُستخدم لإطعام اللاويين، والغرباء والأيتام والأرامل (تث ٢٦: ١٢).

وليس من بين الثقافات المعاصرة في ذلك الحين من كانت ترعى الأرامل مثلما كان يفعل اليهود في إسرائيل. وبدافع من طاعتهم لله، كانوا يعتنون بأرامل اليهود الغرباء تماماً مثل أراملهم. وكانت هناك أرامل ليهود غرباء كثيرات حتى إن اليهود الوطنيين كان يواجهون ظروفاً صعبة جداً للعناية بهن.

وفي الكنيسة الأولى، لم يمر وقت طويل إلا واندلعت التوتراتبين اليهود والوطنيين واليهود الأجانب وأصبحت أمراً معروفاً للجميع. فقد اشتكى اليهود الغرباء بأن أراملهم لا يُعطى لهن نصيبهن من المواد الغذائية التي كانت تُوزع يومياً (أعمال ٦: ١). وقد دعا الرسل إلى اجتماع لبحث هذه المشكلة بكل صراحة. وكانوا يدركون أنه من الممكن لهذا التوتر العرقي أن يضر بالكنيسة. ولذلك جعلوا المجموعة تختار سبعة رجال للتعامل مع هذه المشكلة. وكان واحد على الأقل من هؤلاء الرجال يهودي غريب من أنطاكية اسمه نيقولاوس. وقد عالجوا المشكلة، وواصلت الكنيسة نموها. فكانت المحبة بين المسيحيين اليهود الأجانب، والمسيحيين اليهود الوطنيين تُعد شهادة قوية لأولئك الذين هم من خارج الكنيسة.

وكانت الاختلافات بين اليهود الأجـــانب واليهود الوطنيين من شأنها أن تثير التوترات في الكنيسة المرة تلو الأخرى. وكان الرسل في كل مرة يتخذون

المبادرة دونما تأخير، ويناقشون المشكلة علانية، ويجدون الحل الذي كان مقبولاً من الجميع (أعمال ١٥، على سبيل المثال). وكانت الكنيسة تنمو.

**أسئلة للمناقشة:**

- ما هي الأسباب التاريخية للنزاع الذي ذُكر في أعمال ٦؟
- كيف منع قادة الكنيسو التوترات العرقية من إلحاق الضرر بالكنيسة؟
- هل توجد صراعات عرقية في كنيستك؟ ناقش الأسباب، والحلول الممكنة؟

# الاحتفال الختامي

سيحتاج المشاركون إلى قطعة صغيرة من الورق، قلم رصاص، أو قلم جاف. وسوف نحتاج أيضاً إلى الصليب المذكور في الدرس "٨"، وكذلك طريقة لحرق الأوراق ويجب أن تُختتم الحلقات الدراسية بخدمة الشركة المقدسة (المائدة).

## ١. معرفة شفاء الله:

على القائد أن يذكر المشتركين بالتمرين الذي تحت عنوان: "ألقِ ألمك عند الصليب". وعليه أن يسألهم هل توجد جروح أخرى في قلوبهم تحتاج إلى شفاء. ويجب تخصيص وقت ما لصلاة صامتة، بعد ذلك يصلي القائد من أجل شفاء الله وبركته لكل منهم.

## ٢. التوبة عن الخطايا الشخصية وعرفة مغفرة الله:

**اقرأ القصة التالية بصوت عال:**

كان القس آدو يعيش في قرية صغيرة في بنجولا حين نشب نزاع عرقي بين قبيلة الليوي وقبيلة الأوكي. وكان شعب كنيسته جميعاً من الليوي، أما الأوكي المحيطون بهم فكانوا ينتمون إلى ديانة كبرى من الديانات الأخرى. وذات يوم، كان القس آدو يقوم بزيارة البعض من شعب الكنيسة في قرية أخرى حيث كان الكثيرون من سكانها من الأوكي. وفيما كان هناك، وصلت مجموعة من الليوي لتحرق بيوت الأوكي ولقتل كل رجال الأوكي الذين يجدونهم. وفيما كان آدو واقفاً في الكنيسة الصغيرة، أسرع

إليه رجل من الأوكي وخر عند قدميه قائلاً: "أرجوك أن تساعدني. إنهم يريدون قتلي". وقد تجاهله آدو، وخرج من الكنيسة. وفي وقت لاحق قال لأحد مقاتلي الليوي إنه ينبغي عليه أن يذهب ويلقي نظرة على الكنيسة. وتوجه هذا المحارب وقتل في الحال الرجل الذي من الأوكي.

وكان يساور القس آدو شعور غامض بالذنب، ولكنه كان يتحاشى التفكير فيما حدث. وعلى الرغم من ذلك، وجد أنه من الصعوبة عليه أن يصلي، وكان على وجه عام يشعر بالاكتئاب.

وبعد ذلك ببضعة أسابيع كان القس آدو يناقش الصراع مع بعض القساوسة وأخبرهم بما فعل وبعد أن ذكر ما حدث أدرك أنه أخطأ أمام الله. وفيما كان القساوسة يناقشون هذا، اكتشفوا أن الكثيرين منهم في حاجة إلى أن يتوبوا عن أعمال ارتكبوها أثناء الصراع. ذلك أن أحد القساوسة كان قد قتل بالفعل رجلاً من قبيلة الأوكي، وأن البعض الآخر منهم رفضوا إنقاذ أو إيواء أحد من الأوكيين. وقد قرأوا فقرات عن الخطية والمغفرة، وبعد ذلك طلب كل واحد من الله أن يغفر له خطيته الشخصية. وبعد الانتهاء من ذلك، غمرهم إحساس حقيقي بالحرية واستطاعوا أن يطلبوا مشيئة الله لحياتهم في بداية جديدة وحقيقية.

**على القائد أن يقرأ الآيات التالية بصوت عال:**

**يوحناالأولى ١: ٨-١٠**

"إن قلنا إنه ليس لنا خطية نضل أنفسنا وليس الحق فينا. وإن اعترفنا بخطايانا فهو أمين وعادل حتى يغفر لنا خطايانا ويطهرنا من كل إثم. إن قلنا إننا لم نخطئ نجعله كاذباً وكلمته ليست فينا".

**إشعياء ٥٣: ٥-٦**

"وهو مجروح لأجل معاصينا مسحوق لأجل آثامنا تأديب سلامنا عليه وبحبره شفينا. كلنا كغنم ضللنا ملنا كل واحد إلى طريقه والرب وضع عليه إثم جميعنا"

## تمرين

**١. اطلب المغفرة من أجل أية خطايا تكون قد ارتكبتها:**

كل شخص يأخذ وقتاً يقضيه منفرداً ليطلب من الله أن يعرفه بأية خطية لا تكون قد غُفرت بعد. وهذه ربما تكون قد حدثت أثناء حرب أو صراع، أو كجزء من الحياة اليومية. وقد تكون الخطية ضد شخص من جماعة عرقية أخرى، أو أحد أفراد العائلة أو أحد الأصدقاء. اكتب هذه الخطايا على قطعة من الورق.

**٢. عليك أن تعرف مغفرة الله لهذه الخطايا:**

يقول القائد صلاة تعترف بمغفرة الله لأولئك الذين تابوا. والصلاة التالية من كتاب الصلوات الخاص بالكنيسة الأسقفية (الأنجليكانية) ويمكن استخدامها:

أبانا السماوي القادر على كل شيء الرؤوف الرحيم، لقد أخطأنا وتحولنا عن طرقك مثل الغنم الضالة لقد اتبعنا أكثر من اللازم مكائد ورغبات قلوبنا لقد انتهكنا نواميسك المقدسة لقد أهملنا إنجاز ما كان يتوجب علينا إنجازه. وعملنا أشياء ما كان ينبغي علينا عملها. ولكنك أن أيها الرب، كن رحيماً بنا لتغفر لأولئك الذين اعترفوا بخطاياهم، واقبل أولئك الذين تابوا إليك وطبقاً للمواعيد التي أُعلنت للبشرية بالمسيح يسوع ربنا: واعطنا، أيها الآب السماوي كلي الرحمة من أجل اسم يسوع: أن نعيش حياة التقوى والاستقامة لمجد اسمك القدوس. آمين.

### ٣. مسامحة الآخرين:

على القائد أن يقدم ملخصاً موجزاً للدرس الثامن، لكي يذكرهم ما هي المغفرة، وما هي التي لا تُعد مغفرة؟ ولماذا يريدنا الله أن نغفر للآخرين. وبعد ذلك يقرأ ما جاء في رومية ١٢: ١٧-٢١ بصوت عال:

"لا تجازوا أحداً عن شر بشر. معتنين بأمور حسنة قدام جميع الناس. إن كان ممكناً فحسب طاقتكم سالموا جميع الناس. لا تنتقموا لأنفسكم أيها الأحباء بل أعطوا مكاناً للغضب. لأنه مكتوب لي النقمة أنا أجازي يقول الرب. فإن جاع عدوك فأطعمه. وإن عطش فأسقه. لأنك إن فعلت هذا تجمع جمر نار على رأسه. لا يغلبنك الشر بل اغلب الشر بالخير".

## تدريب

- يجب على كل واحد أن يأخذ وقتاً يقضيه وحده في التفكير في الآخرين ممن هم في حاجه إلى المغفرة والصلاة من أجلهم. اكتب هذا على قطعة من الورق.
- يعود كل واحد إلى المجموعة. وقد يرغب البعض في مسامحة شخص علانية، أو الاعتراف بخطية ارتكبوها ضد مجموعة عرقية معينة. ولا يجب أن يتم هذا بطريقة إجبارية، لكن يتوجب إتاحة الفرصة للجميع.
- الق بخطيتك وعدم مغفرتك عند الصليب.

**٤. الق بخطيتك وعدم مغفرتك عند الصليب:**

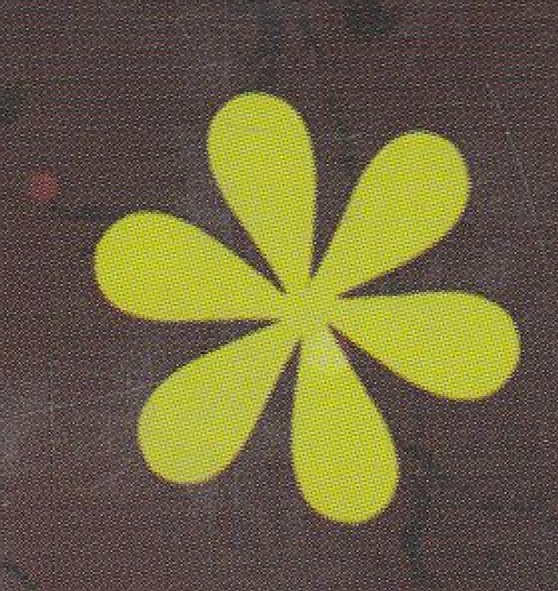
أحضر الورقة التي كتبت عليها خطيتك وعدم مغفرتك إلى الصليب. ثبتها بمسامير على الصليب، أو ضعها في الصندوق تحت الصليب. وفيما نقوم بذلك قل: "إني أسلم خطاياي ليسوع الذي مات على الصليب من أجلي".

**أ. احرق الورق:**

بعد أن يتم وضع كل الأوراق في الصندوق، اخرجها واحرقها. وهذا يبين أن خطايانا قد غُفرت، وأننا بدورنا قد سامحنا الآخرين.

**٥. اللحظات الختامية:**

إنه لأمر طيب للغاية أن يكون الختام بخدمة الشركة المقدسة، حيث يقوم كل واحد بحمد الله على غفرانه وعلى وحدتهم في المسيح.



# الشفاء من الصدمات

لقد مرت ثلاثة شهور منذ دخول الجنود إلى القرية حيث عاشوا فيها اغتصاباً للنساء، وقتلا ونهبا وحرقا. ومن شدة الأحوال لم يكن القس بول يعرف ماذا عساه يفعل. وقد قال لزوجته: "إني لا أستطيع أن أتعامل مع كل هؤلاء الذين يأتونني طلباً للعون. وماري لا تريد أن تتعزى لأن زوجها وابنها قد قُتلا. أما الشابات اللواتي اغتصبهن الجنود، فكن في غاية الحزن، وفقدن كل اهتمام بالحياة. أما متى الرجل الذي كنت تراه دائماً لطيفاً ومبتسماً، أصبح الغضب لا يفارقه الآن بعد أن فقد ذراعه. ولم أعد أكُف عن الحلم باليوم الذي وصل فيه الجنود، ومازلت أقوم من النوم أرتعش فزعاً، ولم أعد أدري ماذا عساي أفعل: ويبدو أن الله هناك بعيداً جداً عنا".

"وهذا الكتاب موجه لأي شعب يكون قد اختبر الصدمة التي تنجم عن الحروب أو الاضطرابات المدنية. وبصفة خاصة إلى مساعدة قادة الكنائس التي من بين شعبها من يعاني من مثل هذه الصدمات. وتتناول فصول الكتاب نوعيات مختلفة من الصدمة، كما يقدم تعليماً أساسياً سيكولوجياً في إطار كتابي".

